

Enseñando con lápiz y corazón

Proyecto de educación emocional en la etapa de
Educación Infantil. Teruel



Enseñando con lápiz y corazón.



Proyecto de educación emocional en la etapa de Educación Infantil.

Teruel

Este trabajo es el resultado de la gran labor llevada a cabo por todos los docentes que trabajan cada día las competencias personales, sociales y cívicas, y especialmente a los claustros de los colegios participantes en este proyecto.

Grupo de trabajo de convivencia creado en el CIFE Ángel Sanz Briz de Teruel y en el CIFE de Alcorisa.

Coordinadoras:

M^a Lourdes Alcalá Ibáñez

Yolanda Pérez Jordán.

Componentes del grupo y autores del documento:

Autores:

Yolanda Pérez Jordán

Merche González Muniesa

M^a Lourdes Alcalá Ibáñez

María del Carmen Soria Rifaterra

Ariadna Arenas Puyo

Maribel Navarro Beltrán

Ana Caldú Suñer

Elena Rengel Hernando

Pilar Ondiviela Pueyo

M^a José Massotti Ayela

Ana María Soriano Jarque

M^a de Mar Tolos Escorihuela

Concepción Lucas Torrijo

María Amparo Quiles Hernández

María Rosa Sanz Ortiz

Joaquín Pérez Sánchez

Eva María Vargas Gimeno

Isabel Notivoli Coarasa

ISBN : 978-84-09-06555-4

D.L. : TE-181-2018

Diseño portada y dibujo interior: Susana Bernal Oroz

Diseño logotipo: Carlos Fuertes Abril

Imprime: Sistemas de Impresión y Diseño (SID)



EDUCAR

*Educación es lo mismo
que poner motor a una barca...
hay que medir, pesar, equilibrar...
... y poner todo en marcha.*

*Para eso,
uno tiene que llevar en el alma
un poco de marino...
un poco de pirata...
un poco de poeta...
y un kilo y medio de paciencia
concentrada.*

*Pero es consolador soñar
mientras uno trabaja,
que ese barco, ese niño
irá muy lejos por el agua.
Soñar que ese navío
llevará nuestra carga de palabras
hacia puertos distantes,
hacia islas lejanas.*

*Soñar que cuando un día
esté durmiendo nuestra propia barca,
en barcos nuevos seguirá
nuestra bandera
enarbolada.*

Gabriel Celaya

Índice

Prólogo	10
Normativa reguladora	12
Introducción	13
Iconos pedagógicos y explicativos	14
Me conozco y me cuido	16
El espejo	26
Yo soy así	28
Nos dibujamos	30
Tarjetas identificativas	32
Se busca	34
Me gusto	36
Mi súper poder	38
Protagonista de la semana	40
El artista	42
El país de las pulgas	44
Jugamos con tarjetas	46
Así soy yo	48
Orejas de mariposa	50
Cosas bonitas	52
Dibujo creativo	54
Creamos un puzzle	56
Cocorina y el puchero mágico	58
Me pongo las gafas	60
¿Cómo soy?	62
¿Es chico o chica?	64
Cosas de princesas... ¿O no?	66
Colores de cuento	68
Con Tango son tres	70
Un puñado de botones	72
Familias de Playmobil	74
Las emociones	76
Somos monstruitos	86
Baile de colores	88
Somos emoción	90
Creatividad al poder	92
Cada cosa en su lugar	94
La maleta	96
Las gafas de sentir	98
Botiquín de emociones	100
El bote de la calma	102
Nos entendemos	104
Rincón de la calma	106
Escribimos un libro	108
El emocionómetro del inspector Drilo	110
Poniendo caras	112
Consejos emocionales	114
¿Qué sientes al ver...?	116
Agrado y desagrado	118
Buzón molón y cometimidez	120
La biblioteca del aula	122
Nos conocemos	124

Me relaciono y me expreso	126
La araña y la pelota	136
Comparto mis cosas	138
Pulguitas azules	140
Arte en parejas	142
Un masaje o te arrastro	144
Árbol de color	146
Diana	148
Tenemos asamblea	150
Escucha lo que te cuento	152
Ordena, pide y solicita con magia	154
Háblame con imágenes	156
Sin sonido lo entiendo	158
Foto del verano	160
Entrevista entre iguales	162
Cuadrilla de constructores	164
Las reglas del juego	166
El rincón	168
Pienso, me cuestiono y me organizo	170
¿Qué vamos a hacer hoy?	180
Juego y aprendo	182
Hoy organizo la clase	184
¿Cómo trabajamos?	186
El reloj del aula	188
Yo soy así, ¿y tú?	190
Así me veo yo	192
Me muevo y juego	194
Me gusta estar sano	196
¡Qué recogida está el aula!	198
Me gusta hacerlo bien	200
Eres diferente, eres genial	202
Busca lo bueno	204
Todos nos equivocamos	206
Glosario	208
Bibliografía	211



Prólogo

Desde hace unos años, en el ámbito europeo y español, existe el impulso de identificar y promover, en el alumnado de la educación básica, el desarrollo de una serie de *competencias clave* imprescindibles para el *aprendizaje permanente* y para el *ejercicio de la ciudadanía*; entre ellas proponen las denominadas **competencias personales, sociales y cívicas** que preparan a las personas para participar de una manera eficaz en la vida social y profesional.

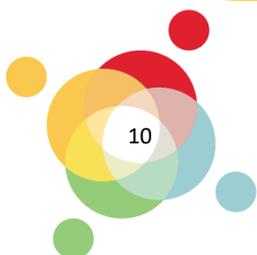
La promoción de la convivencia con la participación e implicación de todos los miembros de la comunidad educativa requiere, a nuestro juicio, de un *liderazgo compartido* en el que el equipo directivo del centro promueva la participación del profesorado, del alumnado, del personal no docente y de las familias.

El desarrollo del Plan de convivencia en el centro, partiendo de sus características y contexto, debe contemplar aspectos curriculares y organizativos que promueva metodologías cooperativas, estructuras específicas para la convivencia que faciliten la participación e implicación, una formación específica en convivencia, la mejora de la acción tutorial y la disponibilidad de recursos adecuados para el logro de la inclusión educativa y la convivencia positiva, así como el trabajo en red en el centro y con otros centros del entorno. La participación e implicación de la comunidad educativa requiere del asesoramiento coordinado de las *redes de apoyo a la escuela*: formación, orientación e inspección educativa.

En el marco del desarrollo de una actuación prioritaria de la Inspección de Educación relacionada con la *supervisión de la respuesta educativa de los centros con enseñanzas de Educación primaria y secundaria respecto de la promoción de la convivencia escolar y la resolución de conflictos*, el equipo de inspectoras e inspectores de educación de la provincia de Teruel impulsó el trabajo en red y puso en funcionamiento grupos de trabajo constituidos por tutoras y tutores, asesoras y asesores de CIFES y UPE, orientadoras y orientadores de centros de primaria y secundaria, miembros de equipos directivos e inspectoras e inspectores de educación.

El objetivo de dichos grupos de trabajo se centró en sensibilizar al profesorado en la visión y la promoción de la convivencia escolar en positivo, facilitar la formación del profesorado en dicha materia para hacerla llegar al alumnado, potenciar la tutoría en primaria y secundaria, y promocionar la aplicación en los centros de actividades y secuencias de aprendizaje relacionadas con el desarrollo personal y social del alumnado.

Para el logro de dichos objetivos, se creó “Teruel Convive” (<http://wp.catedu.es/convivencia/>), con la finalidad de divulgar las buenas prácticas y poner a disposición de la comunidad educativa, en especial del profesorado y las familias del alumnado de Educación in-



fantil, primaria y secundaria obligatoria, materiales y recursos relacionados con la promoción de la convivencia en positivo.

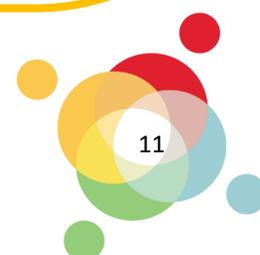
Estos recursos, pueden ser utilizados de forma transversal, incidental y, a través de las tutorías grupales con propuestas de actividades secuenciadas que desarrollen en el alumnado las capacidades que les permitan desenvolverse con autonomía, desarrollar su afectividad y relacionarse con los demás de forma positiva, resolviendo constructivamente los conflictos que pudieran plantearse en sus relaciones personales y grupales.

El trabajo que aquí se presenta, *“Enseñando con lápiz y corazón”*, fruto de la colaboración de todos los sectores implicados en la educación de la provincia de Teruel, a través del portal “Teruel Convive” (<http://wp.catedu.es/convivencia/>), aporta a los componentes de la comunidad educativa, en concreto al profesorado de Educación infantil y, en algún caso, al de Educación primaria, con las adaptaciones pertinentes, un exhaustivo banco de actividades con el que las niñas y los niños de dichas etapas, en el marco del desarrollo de su autonomía personal, puedan identificar de forma gradual sus propios sentimientos, emociones y necesidades y comunicarlos a los demás, así como identificar y respetar los sentimientos, emociones y necesidades de los demás.

Mediante un enfoque globalizado e integrado en las rutinas establecidas en Educación infantil, las actividades propuestas pueden integrarse en las situaciones y secuencias de aprendizaje relacionadas con el conocimiento de sí mismo y autonomía personal. En Educación primaria, las actividades pueden llevarse a cabo de forma incidental, transversal y, prioritariamente en la hora de tutoría grupal.

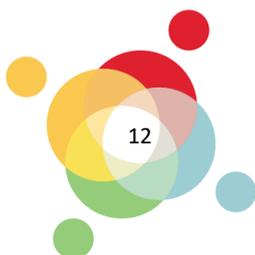
Finalmente, felicitar a las personas que participan en el proyecto y reconocer su esfuerzo, especialmente, a todas aquellas que lo impulsan y coordinan y a las que ponen a disposición de los demás su trabajo y experiencia, en un modelo de colaboración que debe ser un estímulo para que los demás profesionales participen, utilicen los materiales propuestos, aporten sugerencias de mejora sobre los mismos e incorporen su propias producciones a “Teruel Convive” (<http://wp.catedu.es/convivencia/>).

Gonzalo Herrera Larrondo
Director de la Inspección de Educación de Aragón
Departamento de Educación, Cultura y Deporte
Gobierno de Aragón



Normativa reguladora

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, en su redacción dada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil.
- Decreto 188/2017 de 28 de noviembre, del Gobierno de Aragón, por el que se regula la respuesta educativa inclusiva y la convivencia en las comunidades educativas de la Comunidad Autónoma de Aragón.
- Orden ECD/1003/2018, de 7 de junio, por la que se determinan las actuaciones que contribuyen a promocionar la convivencia, igualdad y la lucha contra el acoso escolar en las comunidades educativas aragonesas.
- Orden ECD/1004/2018, de 7 de junio, por la que se regula la Red Integrada de Orientación Educativa en los centros docentes no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de Aragón.
- Orden ECD/1005/2018, de 7 de junio, por la que se regulan las actuaciones de intervención educativa inclusiva.
- Orden de 28 de marzo de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.
- Orden 14 de octubre de 2008, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, sobre la evaluación en Educación Infantil en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.
- Resolución de 21 de noviembre de 2017, del Director General de Innovación, Equidad y Participación, por la que se facilitan orientaciones para el desarrollo de la competencia socioemocional del alumnado de los centros públicos y privados concertados de la Comunidad Autónoma de Aragón.



Introducción

Nuestro sistema educativo contempla la enseñanza obligatoria, desde los 6 a los 16 años. La etapa infantil aunque sigue siendo una etapa no obligatoria, en el tramo de edad de los 3 a los 6 años, tiene una asistencia regular a los centros en un porcentaje próximo al 100%. Esto hace que la mayoría de nuestros alumnos acudan regularmente al colegio, durante 13 años.

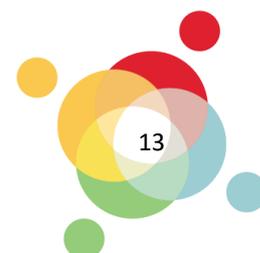
En las enseñanzas tanto de primaria como de secundaria, se contempla la existencia de una hora de tutoría. Esta hora se utiliza para la resolución, orientación, asesoramiento de diferentes cuestiones de cada tutor con su grupo. Por el contrario, en la etapa de infantil el trabajo es más globalizado por áreas de trabajo. El componente personal se trabaja desde todas las áreas, en los objetivos de la etapa, se ahonda en el autoconocimiento desde la propia imagen, los elementos del cuerpo, la identificación de los sentimientos y emociones, el respeto, la autonomía, la resolución de conflictos, la superación de pequeñas frustraciones, así como la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.

Si planteamos las tres etapas en serie, una a continuación de la otra, se podría dibujar una línea ascendente que partiendo de unos principios muy básicos en la etapa de infantil, pero que sirvan de sustento y pilar sobre otros cada vez más complejos, podría estar dando estrategias para la resolución de los problemas de falta de habilidades sociales, de autoestima, de resolución de conflictos, de interrupción, de acoso escolar, ciberacoso, violencia, etc.

Todos estos problemas se asientan en la existencia de lagunas de “conocimiento afectivo-personal”, que no hemos sabido llenar y que no hemos sabido individualizar, porque cada niño necesita algo diferente, cada niño viene con su “mochila personal y particular” a la escuela. También debemos trabajar conociendo esta “mochila”, ayudándole a llevarla mejor.

Con esta idea, profesionales de la educación de la provincia se han puesto a trabajar, elaborando un pequeño itinerario que pueda servir de referencia, para trabajar en 4 pilares básicos que sustenten todo lo demás.

- Me conozco y me cuido
- Las emociones
- Cómo me relaciono y me expreso.
- Pienso, me cuestiono y me organizo.



Iconos pedagógicos y explicativos

Códigos	Competencia
	Pulpopatía Soy PULPATÍA el monstruo más concienciador , utilizo todos mis tentáculos para llegar a todo el mundo y conseguir resolver todos los problemas que surjan consiguiendo un mundo más justo y equitativo.
	Motorico Soy MOTORITO el monstruo de las metodologías activas , si de lo que se trata es de aprender cosas nuevas soy el monstruo encargado. Me sé todos los trucos necesarios para agilizar el aprendizaje. Si necesitas mi ayuda solo tienes que
	Comotú Soy COMOTÚ un monstruo muy emotivo , depende de cómo me mires te mostraré una cara. Controlo todas las emociones humanas. Soy motivador por naturaleza y siempre estoy dispuesto a echarte una mano.
	Comunicón Soy COMUNICÓN el monstruo comunicador , gracias a mi enorme boca y mi potente voz, consigo llegar a todo el mundo .
	Tecno Soy TECNO el cyber monstruo que más sabe de todo lo relacionado con las tecnologías .



Códigos

Leyenda



Edad recomendada para llevar a cabo la actividad.



Tiempo estimado para la realización de la dinámica. Es orientativo y dependerá de las variantes de la actividad y las características del alumnado.



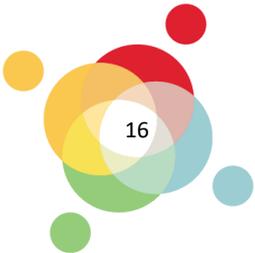
Código QR

Enlaces a páginas web o material alojado en la web.

Glosario

Definiciones de términos y acepciones utilizados en el trabajo, cuyo conocimiento facilita y ayuda al desarrollo de la actividad





*Me conozco
y
me cuido*



CRA ALIFARA
Valjunquera, La Portellada
La Fresneda, Ráfales
Teruel

<http://crafresneda.blogspot.com/>



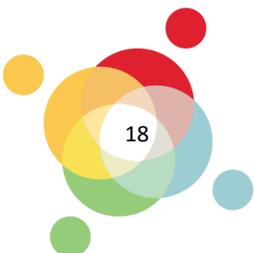
Ana Caldú Suñer



Pilar Ondiviela Pueyo



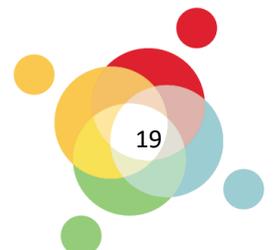
Ariadna Arenas Puyo





El CRA está constituido por las localidades de Valjunquera, La Portellada, La Fresneda y Ráfales. Además existen otras dos localidades, Fórnoles y Torre del Compte, que no tienen alumnos en la actualidad.

Todas las aulas del CRA son internivelares, en las que conviven alumnos de diferentes edades y niveles. El trabajo con los alumnos se asienta en la utilización de las nuevas metodologías, basando nuestro proyecto de trabajo en el ABP, la metodología ABN, la dramatización para la potenciación de las lenguas, la educación emocional y el MUmoCRA en el que se potencian las artes plásticas.



Me conozco y me cuido

En este bloque de trabajo se pretende reforzar el área del conocimiento personal, entendiendo que un conocimiento del individuo, desde edades tempranas ayuda y facilita en el descubrimiento, en la percepción y en la gestión de todo lo demás.

El conocimiento de sí mismo y la construcción de la identidad, es una de las resultantes del proceso de experiencias que el niño tiene en la relación con su medio físico y sobre todo social.

En la elaboración de la propia identidad intervienen, entre otros factores, la construcción del esquema corporal, de la imagen positiva de uno mismo, utilización del juego y del movimiento para favorecer ese conocimiento, establecer actividades y hábitos de la vida cotidiana, trabajar el cuidado personal y la salud.

En este apartado se quiere trabajar en los siguientes bloques:

- Autoconcepto: conciencia corporal, gustos y preferencias, mis habilidades.
- Autoestima: autoimagen física, cómo me ven, ¿cómo sienta la percepción de los demás?.
- Identidad personal: chico-chica, todos podemos, diversidad de familias.

El autoconcepto es la parte que se adquiere cuando el individuo se reconoce, se dibuja, se descubre, tanto en positivo como en negativo, es decir, tanto las cualidades como los defectos que finalmente acepta y asume como propios.

En la etapa de infantil este reconocimiento es sencillo, vinculado principalmente a las características más externas de la persona, pero conforme los niños van creciendo, este estudio y la profundización en aquellas características más diferentes, es un trabajo arduo, pero que afianzado de una forma sólida, es la mejor manera de prevenir problemas mayores.

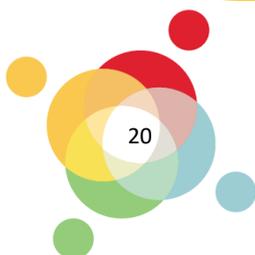


Tabla de contenido

INFANTIL		
1º INF	2º INF	3º INF
Identidad personal		
<p>Autoconcepto Conciencia corporal</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- El Espejo. 2.- Yo soy así. 3.- Nos dibujamos. <p>Autoestima Autoimagen física</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- Así soy yo 2.- Jugamos con tarjetas 3.- Creamos un puzzle <p>Educación Afectivo-sexual. Chico-chica</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- ¿Cómo soy? 2.- ¿Es chico o chica? 	<p>Autoconcepto Gustos, preferencias.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- Tarjetas identificativas 2.- Me gusto 3.- Se busca. <p>Autoestima Como me ven (nivel físico)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- Cosas bonitas 2.- El país de las pulgas 3.- Dibujo creativo <p>Educación afectivo- sexual Todos podemos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.-Colores de cuento 2.- Cosas de princesa... ¿o no? 	<p>Autoconcepto Mis habilidades</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- Mi súper poder 2.- Protagonista de la semana 3.- El artista <p>Autoestima ¿Cómo me sienta la percepción de los demás?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- Orejas de mariposa 2.- Cocorita y el puchero mágico 3.- Me pongo las gafas <p>Educación afectivo sexual Diversidad de familias</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.- Con Tango son tres 2.- Un puñado de botones 3.- Familias de Playmobil

Partir de esta información sobre sí mismos, y la aceptación de cada uno, puede servir para establecer límites, para actuar por iniciativa propia y no arrastrados por terceros o por el grupo. Es necesario saber valorar todo lo bueno que se sabe hacer, trabajando y reforzando la autoestima.

La autoestima es fundamental y necesaria para más adelante saber elegir lo que conviene o no, construir la identidad personal, la propia, saberla aceptar y que con la seguridad y confianza que se haya adquirido seguir avanzando y hacerse un hueco en el mundo.

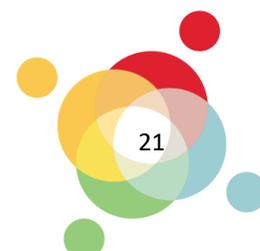


Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
El espejo	Autoconcepto y conciencia corporal	3-6		
Yo soy así	Autoconcepto y conciencia corporal	3-6		
Nos dibujamos	Autoconcepto y conciencia corporal	3-6		
Tarjetas Identificativas	Autoconcepto Gustos y preferencias	3-6		
Se busca	Autoconcepto Gustos y preferencias	3-6		
Me gusto	Autoconcepto Etiquetas sociales	+ 3		
Mi súper poder	Autoconcepto Todos tenemos un talento	3-6		
Protagonista de la semana	Autoconcepto autoconocimiento	+ 3		
El artista	Autoconcepto autoconocimiento	3-6		

Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
El país de las pulgas	Autoconcepto Todos somos diferentes	+ 4		
Jugamos con tarjetas	Autoestima Autoimagen física	3-6		
Así soy yo	Autoestima Autoimagen física	3-6		
Orejas de mariposa	Autoestima Somos únicos	+6		
Cosas bonitas	Autoestima Cómo me ven (físico)	3-6		
Dibujo creativo	Autoestima	+3		
Creamos un puzzle	Autoestima Autoimagen física	3-6		
Cocorina y el puchero mágico	Autoestima Convivencia	3-6		
Me pongo las gafas	Autoestima Cohesión grupal	3-6		

Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
¿Cómo soy?	Ed. Afectivo-sexual Sexualidad	3-6		
¿Es chico o chica?	Ed. Afectivo-sexual Sexualidad	3-6		
Cosas de princesas... ¿o no?	Ed. Afectivo-sexual Igualdad de género	+3		
Colores de cuento	Ed. Afectivo-sexual Igualdad de género	+3		

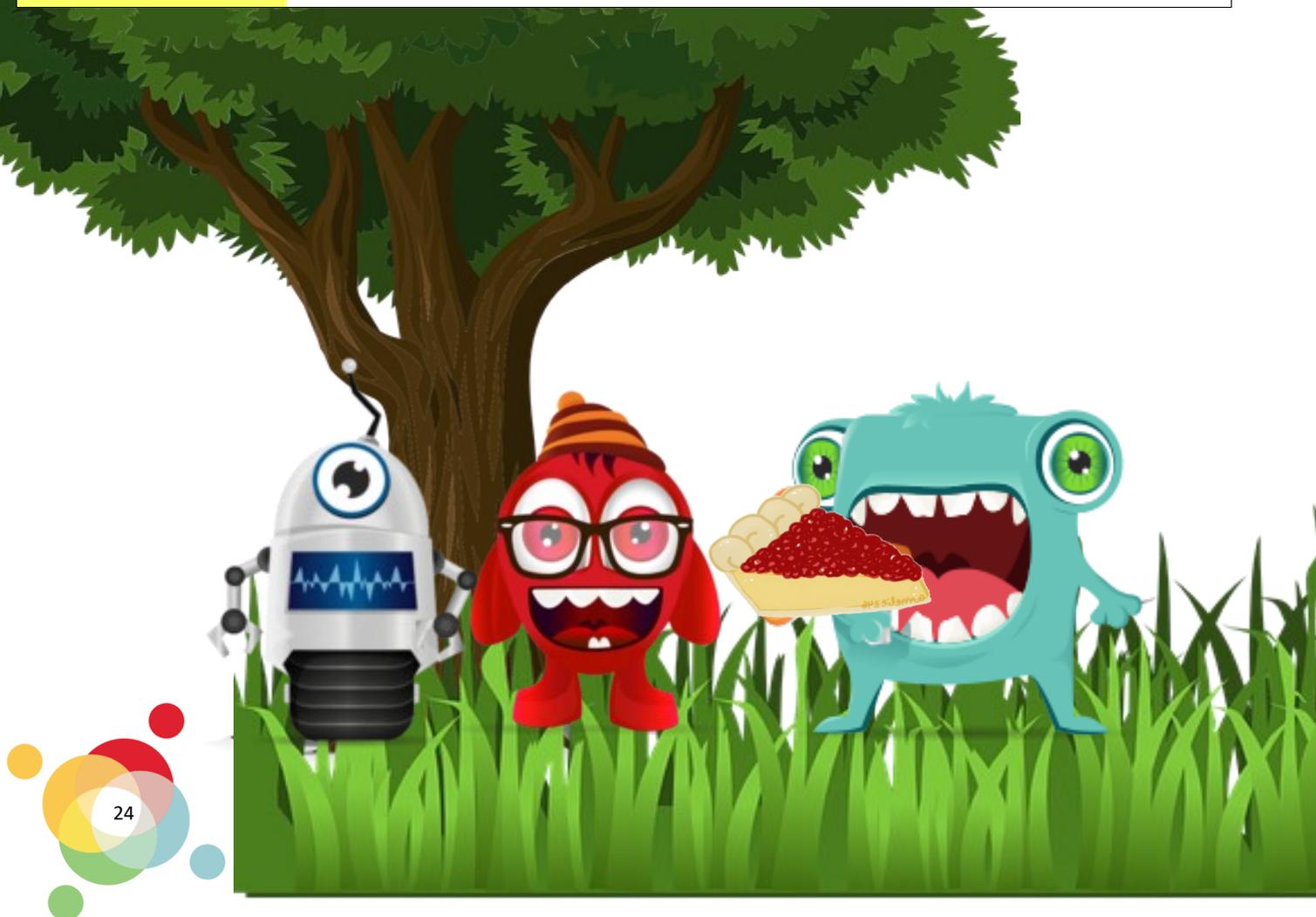
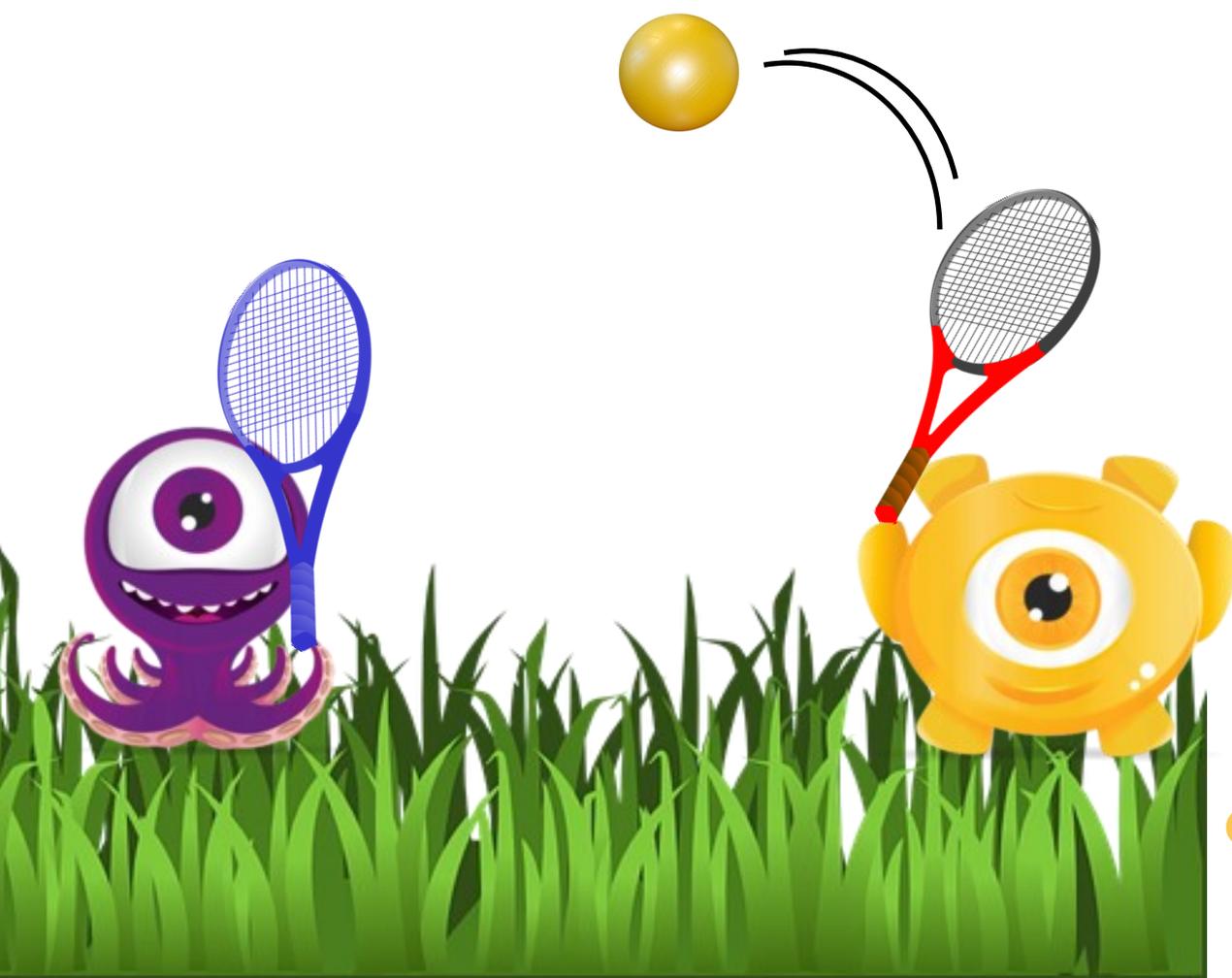


Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Con Tango son tres	Ed. Afectivo-sexual Homosexualidad	+3		
Un puñado de botones	Ed. Afectivo-sexual Tipos de familia	3-6		
Familias de Playmobil	Ed. Afectivo-sexual Tipos de familia	3-6		

Me conozco y me cuido



El Espejo

¡Mi reflejo es distinto al de mi compañero! ¿Pasará lo mismo con todos?



Autoconcepto
Conciencia Corporal

Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos tomen conciencia de su propio cuerpo mediante la observación directa y la interacción para diferenciar las partes que lo componen.

Plantearemos preguntas para conocer las partes del cuerpo y los movimientos que podemos realizar.

Les hablaremos de las diferencias existentes entre los niños y las niñas.

¿Cómo lo hago?

En clase descubrimos un espejo mágico. Todos nos acercamos y nos observamos en él. ¿Conocemos a los que se ven reflejados? ¿Quiénes son? De forma individual todos los alumnos se verán reflejados y expresarán cómo se ven, qué tienen, qué extremidades pueden mover y cuáles no. Se expresan con su cuerpo realizando diferentes movimientos estáticos.

Podemos trabajar las características físicas de cada uno de ellos tomando conciencia del color del pelo, forma, tamaño, color de ojos, diferencia entre chico-chica, gustos estéticos...

A la par se están manifestando emociones positivas de las que ellos son conscientes y les generan bienestar (risas, cambios de aspecto...).

Para terminar, podemos realizar juegos de imitación utilizando: antifaces, gafas, bigotes, pajaritas, sombreros...



3-6



He conseguido...

Los alumnos toman conciencia propia de su cuerpo, su autoimagen única, las partes que lo conforman, las diferencias con sus compañeros y, lo principal de todo, es que sean conscientes de que cada uno de ellos es único.

Es importante acompañar a cada alumno potenciando los aspectos físicos para generar una autoimagen positiva y estimulante.

Recordamos que mediante esta actividad se potencia el ego de cada alumno, mostrando su gustos y añadiendo mensajes orales positivos.

He utilizado...

Un espejo grande de 1,50 metros de alto aproximadamente. Puede ser útil cualquiera que podamos tener.

Para complementar la actividad podemos poner una caja de materiales como diademas, sombreros, gorros, antifaces, pajaritas, foulards...

Esta actividad esta pensada para los niños de 3 años de forma simple. Pero la podemos trabajar en 4 y 5 años añadiendo características físicas de mayor complejidad.

Pienso...

La suprema felicidad de la vida es saber que eres amado por ti mismo, o más exactamente, a pesar de ti. Víctor Hugo.

Yo soy así

Cantamos y bailamos con mucho ritmo para conocer nuestro cuerpo.

Autoconcepto
Conciencia Corporal

Me planteo...

Esta actividad implica ritmo y movimiento de una forma distendida para que los alumnos vayan conociendo todas las posibilidades que ofrece su cuerpo.

Además conocerán las partes del cuerpo, nuestros sentidos y los movimientos y funciones que podemos realizar con cada una de ellas, potenciando la expresión corporal y posibilidades a través del movimiento motriz.



¿Cómo lo hago?

El tutor del grupo de una forma amena, divertida y mediante la mímica se irá tocando las diferentes partes de la cara; ojos, nariz, boca, orejas...e irá realizando gestos que acompañen la función que realizamos con cada uno de ellos, al igual que con el resto de extremidades de nuestro cuerpo. Los alumnos por imitación siguen el ritmo de la actividad. Una vez que ya somos conscientes de las partes de nuestro cuerpo pondremos la canción "YO SOY ASÍ". El grupo-clase de forma distendida puede expresarse a su ritmo tomando conciencia de su cuerpo y las partes que lo componen.

Para dar complejidad a la tarea, mostraremos diferentes objetos y por grupos los alumnos tomarán conciencia de la importancia de los sentidos manipulando cada uno de ellos. Podemos jugar usando diferentes texturas para trabajar el tacto, probar alimentos, flores que transmiten olor, etc. Para crear un clima aún más agradable, usaremos música ambiental.



3-6

He conseguido...



Con esta actividad los niños toman conciencia e interiorizan las partes del cuerpo al igual que adquieren el vocabulario propio de cada una de ellas.

Para todas las personas es importante saber expresar cada sensación y movimiento que experimentan. Trabajar de esta forma con los niños, les ayuda a adquirir una conciencia interior permitiéndoles responder de forma consciente y constante ante cualquier situación que se les presente mostrando un equilibrio personal propio.

Me conozco y me cuido

He utilizado...



<https://www.vevo.com/watch/cantajuego/soy-asi/ES1021000080>

Yo soy así, Cantajuegos.

Diferentes objetos para experimentar.

Esta actividad esta pensada para trabajarla en 3 años, pero podemos ampliarla a 4 y 5 años. Es muy amena y divertida.

Pienso...

Tu expresión corporal define tu personalidad aún sin hablar.

Charles Chaplin.

Nos dibujamos

Conozco mi cuerpo con ayuda de mi pareja y fomento la creatividad.

Autoconcepto
Conciencia Corporal

Me planteo...

Esta actividad es importante porque se adquiere una representación corporal propia haciendo un uso consciente de cada parte del cuerpo.

Cada niño se siente identificado y planteará expresiones para sentirse único con la figura representada.

Como complejidad de la misma, podemos señalar las articulaciones y movimientos que podemos ejecutar.



¿Cómo lo hago?

En clase tendremos papeles extendidos por el suelo. A modo de juego inicial, los niños tendrán pegados gomets de formas y colores en la mano o frente y tendrán que buscar a su pareja. Una vez formado el par, buscarán el papel que tenga su gomet y será allí donde marcarán sus propias siluetas. Ambos miembros tendrán que interactuar y conversar para mostrar sus gustos, presencias, expresar como se ven... Una vez definidas podrán decorarse como ellos se ven utilizando diferentes materiales.

Una parte importante es conocer el vocabulario de nuestro cuerpo y las articulaciones que lo componen para facilitarnos los movimientos. Como alternativa, se pueden plasmar realizando diferentes expresiones con su cuerpo. Finalmente los recortaremos y los podemos colgar en diferentes espacios de nuestra clase o colegio.



3-6

He conseguido...

Es muy curioso como todos los alumnos empatizan unos con otros y conocen las diferentes manifestaciones del propio cuerpo, así como mejoran en cuanto a su vocabulario y calidad de expresión. Es en este tipo de actividades cuando se sienten identificados y se caracterizan con pequeñas manifestaciones propias de su personalidad interior. Ellos expresan cómo se ven y lo plasman en la obra realizada. Se conocen entre ellos y lo más importantes es que aprenden a respetarse, compartir y convivir dentro del grupo.



He utilizado...

Papel continuo.

Material fungible de aula como lápices, temperas, lana, gomets, tijeras...

Juegos cooperativos en el recreo con mi propia sombra

Esta actividad esta preparada para niños entre 3 y 6 años. Aumentando la complejidad en la producción final.

Me conozco y me cuido

Pienso...

El cuerpo es el instrumento del alma.

Aristóteles.

Tarjetas identificativas

¿Quieres ver lo que me gusta?
¡Mira qué tarjetas tan chulas!

Autoconcepto
Gustos y preferencias

Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos reflexionen sobre sus gustos, preferencias y aficiones.

Es importante que los alumnos vayan identificando qué les gusta más y que les gusta menos, y cuáles son sus preferencias y aficiones.

También reflexionaremos el hecho de que cada uno tenemos unos gustos y unas preferencias distintas y todas son válidas.



¿Cómo lo hago?

Empezaremos la sesión en asamblea, hablando de cosas que nos gustan y cosas que no nos gustan. El tutor puede ir guiando un poco la conversación pero es interesante que sean los propios alumnos los que intervengan y vayan aportando sus gustos y preferencias.

A continuación empezaremos una dinámica mucho más activa en la que, a partir de imágenes, ya sea con tarjetas, con objetos, con imágenes, etc, los alumnos tengan que dirigirse al lugar del aula en la que esté situada la opción que prefieran.

Por ejemplo, si empezamos con colores, colocaremos folios de color repartidos por el aula y los alumnos tendrán que dirigirse al color que más les guste. Si hablamos de animales, situaremos tarjetas o imágenes de animales y los alumnos tendrán que dirigirse a los animales que prefieran. Podemos repetir la actividad con las opciones que queramos: juegos, comidas, texturas, profesiones, características físicas, conductas, etc.

Finalmente podemos representar esa información en un documento que recoja nuestros gustos y preferencias.



3-6

He conseguido...

Con esta actividad los alumnos reflexionan sobre sus propios gustos y preferencias. Además es importante que se den cuenta que el resto de compañeros pueden tener opciones distintas a las suyas pero igual de válidas.

Los aspectos sobre los que trabajaremos los debe escoger la persona que realice la actividad, teniendo en cuenta las características del grupo, tanto individualmente como en grupo, intentando así mejorar el autoconocimiento de uno mismo y a la vez la cohesión grupal.



He utilizado...

Tarjetas, imágenes, objetos, etc., de las categorías seleccionadas para trabajar los gustos, las preferencias y las aficiones.

Ficha para recoger la información sobre mis gustos y preferencias

Aunque esta actividad está pensada para los cursos de infantil, puede adaptarse también para los primeros cursos de primaria.

Pienso...

Si pudieran enseñarse mediante reglas el gusto y el genio, no existirían ni el gusto ni el genio. Joshua Reynolds.

Se busca

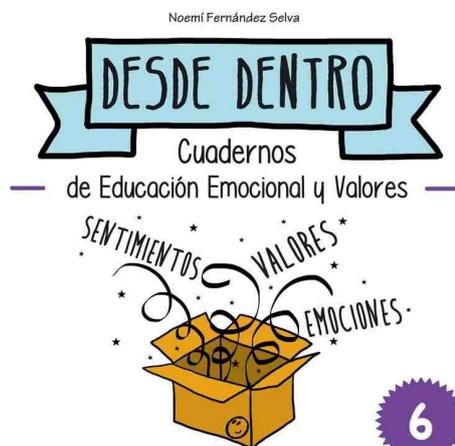
Con las tarjetas de ayer, ¡me convierto en detective!

Autoconcepto
Gustos y preferencias

Me planteo...

Esta actividad es la continuación de la actividad anterior “Tarjetas identificativas”.

En esta actividad pretendemos que los alumnos se reconozcan a partir de la información que estuvimos viendo en la sesión anterior.



.... DESEOS y PENSAMIENTOS (II)

- Percepción de uno mismo • Percepción del tiempo •
- Preferencias • Permisos •

SALVATELLA
EDUCATIVA

¿Cómo lo hago?

Empezaremos en asamblea recordando la sesión anterior en la que los alumnos se dirigían a las opciones que más les gustaban. Hablaremos de lo importante que es ser uno mismo y que no a todas las personas les gustan las mismas cosas.

A continuación repartiremos las fichitas recogidas en la sesión anterior en la que apuntamos nuestros gustos, preferencias y aficiones, las repasaremos un poquito y se las devolveremos al “detective” que en este caso va a ser el maestro.

El detective se colocará en el centro e irá seleccionando una por una las fichas. Cuando coja una ficha no la podrá mostrar a los alumnos, sino que tendrá que ir diciendo en voz alta los gustos que aparecen en ese papel para que el autor se identifique y puedan darle un gran aplauso. Todos los alumnos deben tener su gran momento.



3-6

He conseguido...



Con esta actividad los alumnos reflexionan sobre sus propias elecciones en cuanto a sus gustos.

En la sesión anterior escogían sus preferencias a partir de las opciones aportadas por el maestro en diferentes aspectos.

En esta actividad consigo que los chicos se reconozcan a partir de una voz externa que les va nombrando sus gustos, preferencias y aficiones. Y a la vez sepan diferenciarse de sus compañeros.

Es importante que se sientan valorados en su momento, que sean capaces de verse especiales y únicos.

He utilizado...

Fichas de recogida de información: “me gusta” y “no me gusta” que puedo encontrar en el libro número 6 de la colección “Desde dentro”.
Ed. Salvatella.

Disfraz de detective.

Actividad pensada para los cursos superiores de infantil y los primeros cursos de primaria.

Pienso...

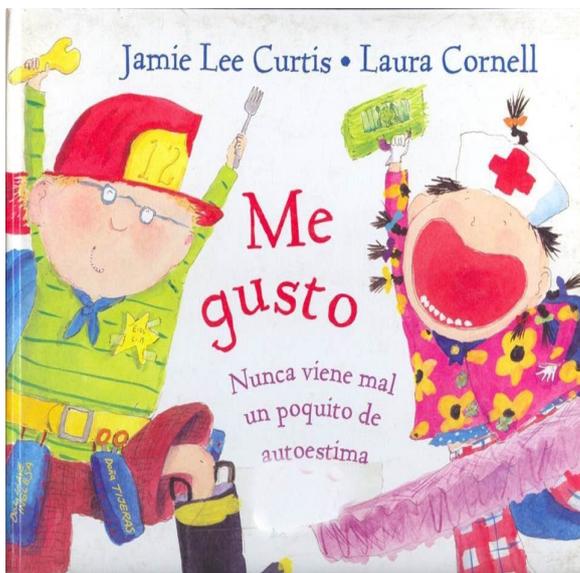
Nadie encuentra su camino sin haberse perdido varias veces.

Rosy Batista.

Me gusto

Gritaré bien alto que...
¡¡ME GUSTO!!

Autoconcepto
Etiquetas sociales



Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos reflexionen sobre el conocimiento de uno mismo y también de los demás. ¿Cómo nos vemos a nosotros y cómo vemos a los demás? ¿Qué es lo que consideramos importante?

Por otro lado, hablaremos sobre las etiquetas sociales que también limitan nuestras actividades como personas.

¿Cómo lo hago?

Empezaremos con el visionado del cuento "Me gusto". Durante la misma, se puede poner en práctica la destreza de pensamiento de *Veo, pienso, me pregunto* en la que nos permite reflexionar acerca de las cosas que nos gustan y nos encantan.

A continuación realizaremos un debate en movimiento con dos preguntas base: ¿qué es lo que más me gusta de mí? ¿Qué es lo que menos me gusta de mí? En esta actividad el profesor actuará de dinamizador. Los alumnos se colocaran en círculo mirándose las caras para decir lo que más les gusta de ellos mismos. Sin embargo, estarán de espaldas cuando digan lo que no les gusta. Cuando lo hayan dicho todos, los alumnos deberán pensar en algo positivo de uno de sus compañeros, se colocarán delante de él y lo dirá en voz alta de manera que pueda volver a darse la vuelta. Al final, todos los alumnos recibirán el refuerzo positivo de alguno de sus compañeros del aula.

Para terminar pondremos un vídeo sobre etiquetas sociales en el que se ve que, a pesar de la diferencia, todos tenemos algo en común.



+3

He conseguido...

Con esta actividad los alumnos reflexionan sobre su propia vida, creándose un ambiente muy personal y de complicidad con el docente.

Cada uno de nosotros es especial. Todos tenemos algo que nos hace distintos de los demás, es importante valorarnos y hacer cosas que nos gustan y que nos hacen sentir felices. También hay que aprender a reírnos de nosotros mismos y a no ponernos tristes cuando las cosas no salen tan bien como esperamos. Es importante quererse cada día un poco más. De todo esto debemos aprender a gritar "¡ME GUSTO!"



He utilizado...

<https://www.youtube.com/watch?v=zrhAHs7DFD4>

Me gusto → Jamie Lee Curtis. Laura Cornell.

Destreza de pensamiento "Veo, pienso, me pregunto" → Robert Swartz.

Desde dentro. Cuadernos de Educación Emocional y Valores. Nº 6.



Aunque esta actividad está pensada para los cursos superiores de primaria, puede adaptarse también para los más pequeños.

Pienso...

Sabemos los que somos, pero aún no sabemos lo que podemos llegar a ser.

Shakespeare.

Mi súper poder

Y tú, ¿qué súper poder tienes? Demuestra tu talento oculto a través de esta actividad.

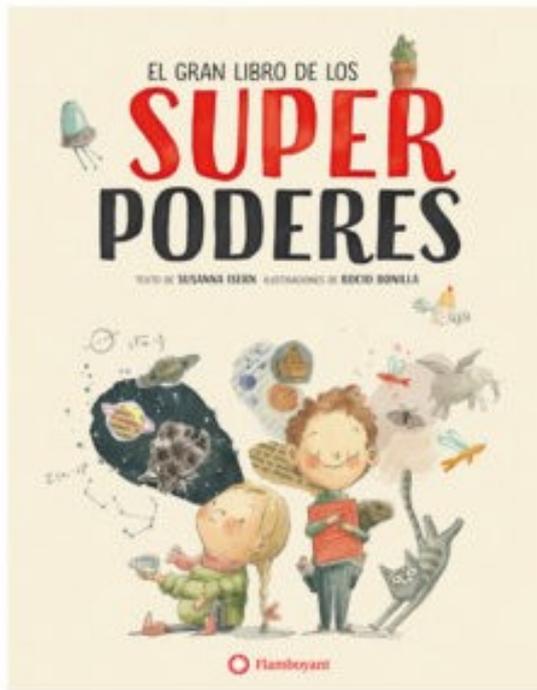
Autoconcepto

Todos tenemos un talento

Me planteo...

Todos tenemos un talento que nos hace únicos y especiales. A algunos se nos da mejor bailar y a otros las matemáticas. Unos somos aventureros y otros preferimos leer. Descubre qué te hace diferente a los demás, ni mejor ni peor. ¿Cuál es tu talento?

El gran libro de los superpoderes recoge una colección de talentos que nos hará reflexionar sobre la identidad, y sobre nuestras virtudes y capacidades.



¿Cómo lo hago?

Empezaremos presentando el cuento, mostrando la portada y el título. Preguntaremos a los alumnos de qué creen que tratará la historia e intentaremos motivar su atención.

Iremos leyendo el cuento despacito, talento por talento, con una entonación y ritmo adecuado a cada súper poder. Después de la lectura de cada talento podemos abrir turno de palabra para que los alumnos nos digan si consideran que tiene ese súper poder o no. Los alumnos van dándose cuenta que no todos somos igual de buenos en todo, pero que todos tenemos algo en lo que destacamos.

Finalmente podríamos hacer un juego de "Talent Show" y cada alumno se prepara una pequeña dramatización para mostrar a sus compañeros cuál o cuáles son sus Súper Poderes.



3-6

He conseguido...

Con esta actividad conseguimos que los alumnos reflexionen sobre sus puntos fuertes y débiles.

Todos tenemos algunos talentos más desarrollados que otros y debemos conocernos para saber con qué podemos ayudar a los demás y qué súper poderes podemos mejorar.

Con esta actividad también conseguimos que los alumnos se den cuenta que nuestros compañeros también tienen unos talentos más desarrollados que otros, por ejemplo, a algunos se les dará mejor la lectura y a otro la educación física.



He utilizado...



https://youtu.be/hGClra_zLB0?t=13

El gran libro de los SÚPER PODERES.

→ Susanna Isern y Rocio Bonilla.

Aunque esta actividad está pensada para los pequeños, también la podemos adaptar para los primeros cursos de primaria.

Pienso...

Todos tenemos talento porque todos los seres humanos tenemos algo que expresar. Brenda Ueland.

Protagonista de la semana

¡Hoy yo soy la estrella y os voy a contar cosas sobre mí!

Autoconcepto

Autoconocimiento

Me planteo...

Todos somos únicos y especiales. Cada uno tenemos un entorno familiar distinto, un físico distinto, unos gustos distintos, etc.

Con esta actividad me planteo que cada niño reflexione sobre sí mismo y que, con la ayuda de sus familiares más cercanos, nos creen un artefacto (ya sea mural, lapbook, álbum, etc.) en el que nos muestren lo que quieran destacar sobre ellos.

Por ejemplo: edad, núcleo familiar, color favorito, talentos, viajes, fotos de cuando era más pequeño, qué quiere ser de mayor, libro favorito, etc.



¿Cómo lo hago?

Esta actividad se centra en dar protagonismo a todos y cada uno de nuestros alumnos, con el objetivo de fomentar el conocimiento de uno mismo, el conocimiento de los compañeros y la cohesión de todos los integrantes del grupo. Además fomenta la posible participación de las familias en el aula.

Consiste en que cada uno de nuestros alumnos vaya elaborando un artefacto o producción final en la que recoja los aspectos que quiera destacar sobre sí mismo. Puede hacer un mural, un álbum de fotos, un PowerPoint, un lapbook... para recoger la información que nos quiera mostrar. Puede utilizar fotos, dibujos, pegar objetos, hacer escritos... lo que quiera.

Cada semana uno de ellos será el protagonista, y tendrá 10-15 minutos para exponer su trabajo y explicar a sus compañeros cosas sobre su vida, sus preferencias, etc. En esta exposición pueden estar acompañados por un familiar que les ayude.



LA ALUMNA DE LA SEMANA



Mi color:  _____
 Mi animal:  _____
 Mi comida:  _____
 Mi juego:  _____
 Mi libro:  _____
 Mi canción:  _____

He conseguido...

Con esta actividad conseguimos que los alumnos reflexionen sobre sus características individuales, sus preferencias, sus gustos, etc.

También conseguimos que los compañeros conozcan más cosas de cada uno de los componentes del grupo, pudiendo así respetar mejor las diferencias y preferencias de los demás.

La participación de la familia es muy interesante en esta actividad, tanto si ayudan al alumno en casa para realizar la producción, como si entran en el aula para ayudar en la exposición.

He utilizado...

Recursos fungibles del aula: cartulinas, pegamentos, colores, etc.

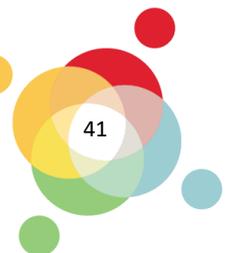
Recursos personales: fotografías, cuentos, etc.

Aunque esta actividad está pensada para los pequeños, es muy recomendable para cohesionar el grupo en primaria.

Pienso...

No lo dudes, tú eres el principal protagonista de tu propia vida.

Richard Bach.



El artista

Hoy haremos un gran espectáculo y os enseñaremos lo que mejor sabemos hacer.

Autoconcepto
Autoconocimiento

Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos reflexionen sobre sus puntos fuertes y débiles y sean capaces de escoger algo que se les dé muy bien para mostrar a los demás.

También que se den cuenta que no a todos se nos dan bien las mismas cosas y que es igual de trascendente y positivo que se te den bien las matemáticas como que se te den bien los deportes, o la música, etc.



¿Cómo lo hago?

Esta actividad nos podría servir como colofón final a todo el trabajo realizado en tutoría a lo largo del curso.

La idea sería organizar una especie de Show en la que nuestros alumnos muestren a los demás lo que son capaces de hacer. Por ejemplo, si se te da bien leer puedes leerles un cuento a tus compañeros, si se te da bien la música puedes tocar o cantar una canción, si se te da bien bailar puedes preparar una coreografía, si se te da bien la naturaleza puedes hacer una exposición de algún animal o planta que te guste, etc.

En una sesión o actuación irían pasando todos los alumnos mostrando a sus compañeros de lo que son capaces. También se podría invitar a las familias a que asistan al espectáculo.



3-6



He conseguido...

Con esta actividad conseguimos que los alumnos reflexionen sobre sus puntos fuertes débiles y se den cuenta que a cada persona se nos dan mejor unas cosas que otras.

También conseguimos que sean capaces de mostrar a los compañeros una de sus múltiples virtudes.

Además conseguimos una sesión de cierre final al conocimiento de uno mismo que nos permita quedarnos con el bonito recuerdo de una actividad lúdica compartida por todos los compañeros del aula.

He utilizado...

Un escenario.

Todo aquel material que considere el alumno que le pueda servir para mostrar a sus compañeros su mejor talento.

Aunque esta actividad está pensada para los pequeños, puede adaptarse a los cursos de primaria.

Pienso...

Todos los niños nacen artistas. El problema es cómo seguir siendo artistas al crecer. Pablo Picasso.

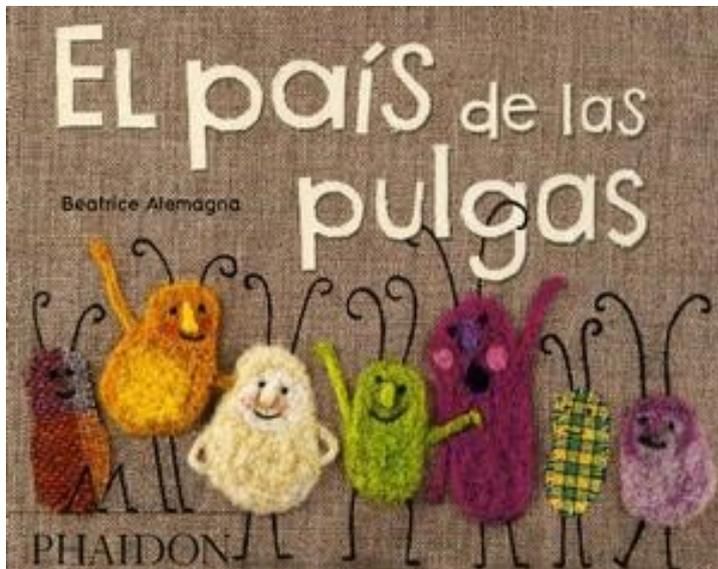
El país de las pulgas

Un libro estupendo para trabajar la aceptación de la diferencia.

Autoconcepto

Todos somos diferentes

Me conozco y me cuido



Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos sean conscientes de que no escogemos cómo somos a nivel físico, sino que nacemos con unas características físicas determinadas que nos hacen diferentes y únicos.

Profundizaremos en el hecho de que debemos aceptarnos tal y como somos y, de la misma manera, aceptar las diferencias de los demás.

¿Cómo lo hago?

Empezaremos presentando el cuento. Mostrando la portada y el título. Preguntaremos a los alumnos de qué creen que tratará la historia e intentaremos activar su atención.

Haremos una primera lectura del cuento, intentando adaptar la entonación y el timbre de voz a la trama de la historia. Al terminar la primera lectura iniciaremos un turno de palabra en el que cada alumno expresará qué conclusión puede tener del cuento.

Haremos una segunda lectura, más despacio y con intervenciones tanto del maestro como de los alumnos a los que vamos a hacer partícipes a base de preguntas sobre lo que va ocurriendo haciéndoles reflexionar sobre las diferencias entre las personas.

Finalmente podríamos hacer una dramatización en el aula en la que, por grupos, vayan expresando diferencias físicas y quitándole importancia a estas diferencias para acentuar la magia de ser único.



He conseguido...



Con esta actividad los alumnos reflexionan sobre su aspecto físico, sus características más significativas y sobre el aspecto físico de los demás.

Es importante que los alumnos se vayan haciendo conscientes de esas características físicas que no escogemos, que nos vienen dadas por herencia de nuestros familiares, y que debemos aceptarnos y queremos como somos. Nuestro físico es único y eso nos hace únicos a nosotros también.

Con esta actividad también conseguimos que los alumnos se den cuenta que nuestros compañeros tampoco escogen su físico, y debemos aceptar, respetar y querer las diferencias.

He utilizado...

<https://youtu.be/mGp3deWDSiM?t=47>

El país de las pulgas → Beatrice Alemagna.

<https://youtu.be/KymkhtblZmw>

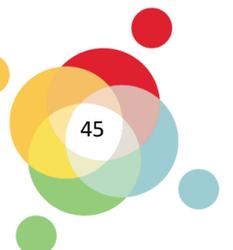


Aunque esta actividad está pensada para los primeros cursos de primaria, puede adaptarse también para pequeños y mayores.

Pienso...

El éxito más grande es la aceptación de uno mismo

Ben Sweet.



Jugamos con tarjetas

¿Cómo podemos ser? Conocemos muchos rasgos que varían y hacemos un mural.

Autoestima
Autoimagen física

Me planteo...

En esta actividad trabajaremos la idea de que todos somos diferentes, por ello es importante que los alumnos conozcan vocabulario propio que nos defina. Mostraremos cartas de diferentes rasgos (pelo, ojos, color de piel, tamaños...) y aprenderemos como puede variar. De esta forma podremos realizar una buena descripción personal nuestra y de nuestros compañeros.



¿Cómo lo hago?

En clase tenemos muchas cartas que nos pueden definir a cada uno de nosotros, así que nos ponemos manos a la obra y ante la pregunta "¿cómo somos?" creamos un mural para reflejar todos los rasgos que nos pueden definir físicamente. Vamos categorizando los diferentes rasgos (pelo, nariz, piel, ojos...) y seguidamente observamos el color de ojos (azul, marrón, verde), tono de la piel, tipo de cabello...

Los niños están distribuidos por grupos y tienen que categorizar pelo, ojos, tono de piel... y los atributos que se nos ocurran. El portavoz del grupo tiene que explicar al resto de sus compañeros que es lo que han averiguado y colocarlo en el mural final. Finalmente, al terminar la producción la colgaremos en la clase.

Seguidamente presentaremos el dominó y todos los alumnos podrán jugar. En él deberemos prestar atención para fijarnos en como es cada niño y colocar bien las piezas.



3-6

He conseguido...

Con esta actividad los alumnos interiorizan su propia autoimagen y son conscientes de que ninguno de nosotros es igual, pero que tenemos aspectos parecidos que nos hacen ser iguales y diferentes a la vez.

Respecto a los aspectos que nos diferencian, podemos hablar de la diversidad cultural, la integración y la convivencia entre todos.

Resulta una tarea curiosa y significativa para los alumnos que además aprenderán las bases de la categorización.



He utilizado...

Láminas de rasgos personales (ojos, pelo...).
Papel para elaborar el artefacto (mural).
Dominó elaboración propia.

Esta actividad resulta motivadora ya que implica movimiento y caracterización.

Pienso...

¡Brilla!, y al que le moleste que se tape los ojos.

Nicolás Andredi.

Así soy yo

Tengo los ojos marrones, igual que Andrés y Marina. ¡Tenemos cosas en común!



Autoestima
Autoimagen física

Me planteo...

Nos planteamos tomar conciencia de la autoimagen física y ser capaces de identificarnos, reconocernos para adquirir el grado de aceptación hacia nosotros mismos en las diferentes situaciones de la vida cotidiana.

La autoestima de uno mismo se construye a partir del ideal y la percepción que tenemos de uno mismo.

¿Cómo lo hago?

Los niños traen a clase un par de fotografías (pueden ser normales o fotos divertidas) en las que aparezcan ellos mismos. Cada niño elige una de sus fotos y la cuelga en el panel de la asamblea, así todos las pueden ver. Seguidamente, la maestra pregunta ¿Quién soy yo?... El propio niño se reconoce y se describe como es diciendo el color del pelo, forma de la cara, color de ojos...y otros rasgos que lo puedan identificar. Los compañeros pueden aportar otras descripciones en concreto.

Al finalizar la actividad podemos realizar diferentes juegos identificativos: tengo el pelo moreno como... tengo los ojos de color azul como...y buscamos compañeros con rasgos semejantes. Los nombramos, nos sentamos a su lado... Otra alternativa es dibujarnos a nosotros mismos... Así nos vemos.

Para finalizar, como somos únicos e irrepetibles creamos un marco para nuestra fotografía y la colgamos en la puerta de nuestra clase, perchas u otro lugar que se nos ocurra.



3-6



He conseguido...

Con esta actividad los alumnos interiorizan su propia autoimagen y aprenden a definir rasgos personales que los caracterizan. A la par toman conciencia de que pueden tener rasgos semejantes y diferentes con otros compañeros y ello es lo que les hace ser únicos irrepetibles.

Además aprendemos a escuchar y expresarnos de forma distendida con nuestros compañeros y que cada persona adquiera una imagen ajustada y positiva de sí mismo.

COMO ALTERNATIVA: Jugamos a ser MISS OJOS AZULES, MISS PELO RIZADO.. El maestro prepara unas tarjetas y los alumnos escriben el nombre del compañero que lo cumpla.. Finalmente sale elegido cada uno con un rasgo que lo caracteriza.

He utilizado...

Fotografías individuales de cada alumno.

Materiales diversos para crear el marco de la fotografía: cartulinas, gomets de diversas formas.

Para ampliar:

- Libro *Cuentos para delfines*, "La princesa pintora" cuento para crear nuestra propia vida. Se pueden elegir varios finales.

Esta actividad está pensada para los niños de 4 y 5 años, ya que previamente hay que trabajar diferentes rasgos físicos y de la personalidad.

Pienso...

Acéptate a ti mismo, pero acéptate también frente al otro.

Michel Quoist.

Orejas de mariposa

Tengo unas orejas de mariposa... ¡Y me encantan!

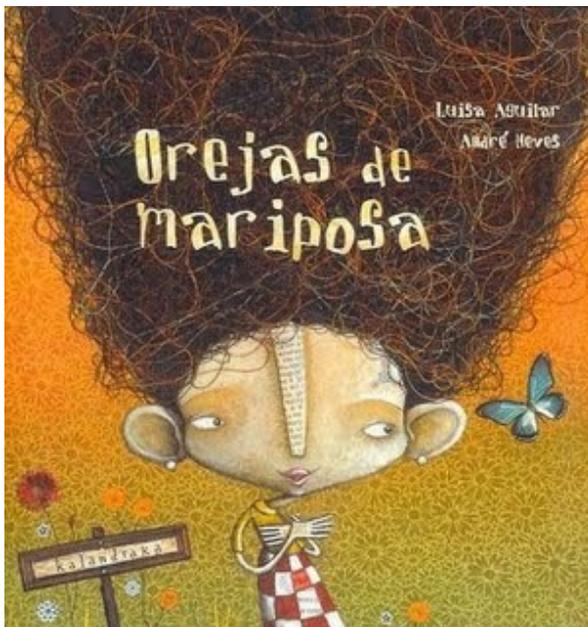
Autoestima

Somos únicos

Me planteo...

“Orejas de mariposa” es un preciso libro que nos permite hablar de las diferencias que nos distinguen de los demás, porque reconocer y querer nuestras características individuales nos hace sentirnos más seguros y nos refuerza nuestra personalidad y autoestima.

Se trata de convertir en positivo aquello que para otros es motivo de mofa. Querernos y valorarnos tal y como somos.



¿Cómo lo hago?

Empezaremos presentando el cuento. Mostrando la portada y el título. Preguntaremos a los alumnos de qué creen que tratará la historia e intentaremos motivar su atención. Haremos una primera lectura del cuento, intentando adaptar la entonación y el timbre de voz a la trama de la historia. Al terminar la primera lectura iniciaremos un turno de palabra en el que cada alumno expresará qué conclusión puede tener del cuento.

En la segunda lectura, participarán tanto el maestro como los alumnos a través de preguntas sobre lo que va ocurriendo haciéndoles reflexionar sobre sus características físicas, tanto las que les gustan como las que no les gustan de uno mismo y de situaciones en las que se han sentido mal porque alguien se ha burlado de ellos.

Para ampliar la actividad pedimos a los alumnos que piensen respuestas que podrían dar a un compañero que se burlara de ellos por su: “nariz grandota”, por “estar delgadito” o “gordito”, por “llevar gafas”, etc. Vamos dando posibilidades y dejamos que hablen.



+6

He conseguido...

Los alumnos toman conciencia de sus características físicas y de la importancia de querernos como somos. También que sean capaces de gestionar una situación en las que sean objetos de burla o mofa. E incluso ser capaz de reírnos de nosotros mismos.

A la vez se dan cuenta de las características de sus compañeros y aprenden a valorarlas también.

Es importante que se den cuenta que el sujeto que recibe las burlas y mofas se siente triste, y que no se deben dar este tipo de situaciones.

Además puede ampliarse con otras actividades, dibujos, vídeos...



He utilizado...

Cuento: "Orejas de mariposa" de Luisa Aguilar
Editorial Kalandraka.

[https://
youtu.be/051fVwTM0UM](https://youtu.be/051fVwTM0UM)



Esta actividad esta pensada para los niños del último curso de infantil y de los primeros cursos de primaria.

Pienso...

Sólo son orejas grandes, pero no me importa.

Orejas de mariposa, Luisa Aguilar.

Cosas bonitas

Tengo un bote lleno de cosas preciosas que mis compañeros piensan de mí. ¡Es genial!



Bailas muy bien

Siempre llevas una coletas muy bonitas

Eres mi amigo

Autoestima

Como me ven (nivel físico)

Me planteo...

En esta actividad me planteo conocer y saber qué es lo que piensan los compañeros de cada niño. Para ello previamente se habrán trabajado rasgos de personalidad, habilidades, capacidades, gustos, preferencias...

Todo ello lo pondremos en común y buscaremos todos los aspectos positivos que guardan nuestros compañeros de clase y que nos pueden aportar a nosotros mismos.

¿Cómo lo hago?

Todos los niños estarán sentados en círculo. En medio de la clase habrá un alizador o pequeño podio. Un niño voluntario se coloca allí y el resto tendrán que observarlo durante unos instantes en silencio. De fondo puede sonar música relajante para que los niños tengan tiempo de pensar aspectos positivos que decir. Una vez que la música se pare, cada niño tendrá que expresar una emoción, sentimiento positivo hacia la persona que está en el alizador. Todos tendrán que expresarse.

Para finalizar la actividad crearemos el *bote de la buena esencia*. Ello consiste en que tendrán que escribir o dibujar aquello que le han dicho a su compañero y lo guardaran en el bote personalizado. Cada niño tendrá un bote y será su regalo personal.



3-6

He conseguido...

Todos poseemos unas cualidades que nos hacen ser únicos, pero que pocas veces somos capaces de alabar. Esta actividad consiste en sacar todo lo bueno de cada uno y hacerles sentir especiales.

Es muy importante exteriorizar los sentimientos, hacerlos valer y sobre todo emocionarnos con lo que los demás piensan de nosotros mismos. Todos tenemos cosas bonitas que compartir.



He utilizado...

- Un tarro de cristal.
- Folios de colores.
- Cuento.

Esta actividad resulta gratificante para 4-5 años, ya que se reflejan emociones y vivencias dándoles un sentido positivo,

Pienso...

La influencia que la vida de una persona ejerce sobre la otra es incalculable.

Ralph Bunche.



Dibujo creativo

*Hoy hemos decorado nuestra foto,
¡ahora tengo unas pecas verdes!
¡Qué divertido!*



Autoestima

Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos tomen conciencia de sus características físicas.

Queremos que se reconozcan tal y como son, se valoren y se quieran, porque reconocer sus características propias y valorarlas les hace quererse más, sentirse mejor con ellos mismos y ser más fuertes.

Me planteo crear un mural con las fotos decoradas de todos mis alumnos.

¿Cómo lo hago?

Se trata de una actividad muy sencilla en la que los alumnos tienen que decorar fotos de ellos mismos. Podemos pedir a las familias que nos traigan algunas fotos de cada uno de ellos o realizar fotos en el aula y fotocopiarlas en folios para poder decorar.

En primer lugar cada uno de ellos deberá definirse de forma breve a nivel físico y después pensará cómo puede decorar su imagen. Pueden pintarse la ropa del color que quieran, o dibujarse complementos como lazos, pendientes, flequillo, etc. También podemos ofrecerles otro tipo de materiales como: gomets, recortables, plastilina, etc. Tienen que sentirse súper guapos y bien .

Cuando ya cada uno tenga decorada su foto montaremos un mural para el aula en el que pegaremos las fotos decoradas de todos los alumnos de la clase.



+3

He conseguido...



He conseguido que cada alumno sea consciente de sus características físicas y valore positivamente sus peculiaridades. Aceptándonos tal y como somos nutrimos positivamente nuestra autoestima

Uno consigue ser feliz de verdad cuando acepta que ninguno somos perfectos y que tenemos que valorarnos tal y como somos.

Además conseguimos crear cohesión y aceptación grupal ya que ayuda a que no se den situaciones de burla o rechazo ya desde pequeños.

He utilizado...

- Fotografías de los alumnos.
- Materiales fungibles para decorar.
- Papel continuo para crear un mural.

Esta actividad esta pensada para los alumnos de infantil.

Pienso...

Aprende a plantar tu propio jardín y tu propia alma, en lugar de esperar a que alguien más te traiga flores. Jorge Luis Borges.

Creamos un puzzle

Unos sobres misteriosos... ¿Qué habrá dentro?

Autoestima
Autoimagen física

Me planteo...

Una vez que ya hemos trabajado los rasgos que nos definen como personas y cada uno ha interiorizado su personalidad, el objetivo es aceptar que todos tenemos que convivir en un espacio y tiempo concreto. En este caso se trata de nuestra propia clase.

Por ello queremos crear una conciencia de grupo a través de una foto conjunta, viendo así, que todos somos iguales pero a la vez cada cual tiene algo que le hace único.



¿Cómo lo hago?

Se presenta al grupo-clase varios sobres con piezas de un puzzle grupal y la maestra pregunta: ¿qué contienen estos sobres? Los alumnos de forma individual y mediante la expresión oral van manifestando sus hipótesis. Finalmente se agrupa a los alumnos por ideas planteadas y se les entrega un sobre a cada grupo. Lo abren e intentan averiguar qué es lo que contiene o lo que puede ser.

Cuando descubren de qué se trata, tratarán de ordenar las piezas para crear el puzzle grupal. Finalmente se mostrará en el aula para que todos se vean como son dentro del grupo.

Como tarea final, podemos plantear diferentes actividades: decorar un marco, con gomets, crear caras divertidas, buscar recortes de revistas y crear nuestra propia cara.... Todo ello lo podemos pegar por el borde del mural o crear fotos para la clase.



3-6

He conseguido...



Con esta actividad se consigue la aceptación e identidad personal propia, al igual que el reconocimiento personal dentro de un grupo. Teniendo en cuenta que no somos iguales pero todos tenemos rasgos similares y ello nos hace ser únicos.

A la par podemos observar las propias diferencias y similitudes que tenemos entre nosotros.

Como ampliación podemos conocer otras culturas, sus diferentes manifestaciones y su localización en el mapa.

He utilizado...

Sobres de colores.

Fotografía del grupo clase.

Material fungible diverso: Gometes, tijeras, pegamento, palitos de colores, recortes de revistas...

Esta actividad se puede adaptar a los diferentes niveles de infantil creando grados de complejidad. A la par se puede trabajar otras actividades .

Pienso...

Hay mucha gente en el mundo, pero todavía hay más rostros, pues cada uno tiene varios. Rainer María Rilker.

Cocorina y el puchero mágico

Actividad para trabajar con el cuento "Cocorina y el puchero mágico" de Mar Pavón, en el que se trabaja el respeto a la diferencia y la convivencia.

Autoestima

Convivencia

Me planteo...

Con la lectura de este cuento perseguimos potenciar una actitud dialogante en nuestros alumnos, fomentando el respeto, la convivencia y la aceptación de las diferencias.

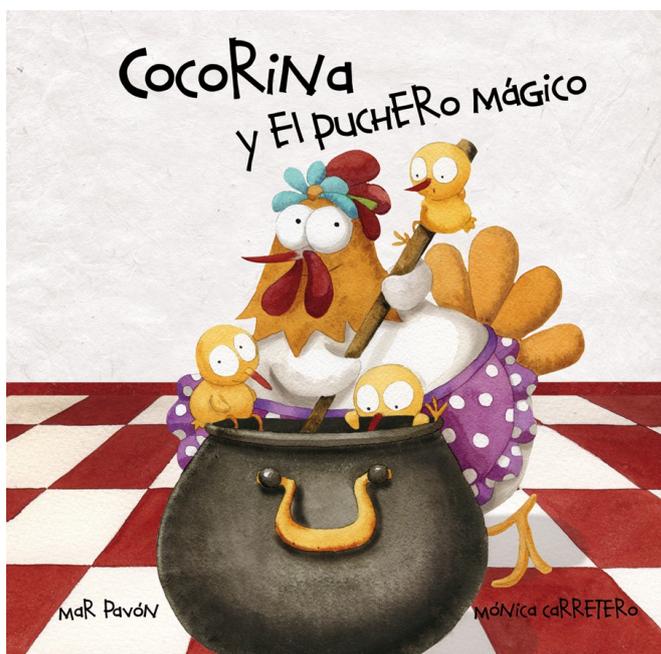
A partir de una situación en el colegio en el que se reproducen burlas y rechazo hacia algunos compañeros, la protagonista acaba reciclando las emociones negativas para convertirlas en positivas.

¿Cómo lo hago?

Empezaremos presentando el cuento mostrando la portada y el título. Preguntaremos a los alumnos de qué creen que tratará la historia e intentaremos activar su atención. Después, haremos una primera lectura del cuento, adaptando la entonación y el timbre de voz a la trama de la historia. Al terminar la primera lectura iniciaremos un turno de palabra en el que cada alumno expresará qué conclusión puede tener del cuento.

En la segunda lectura, participarán tanto el maestro como los alumnos a través de preguntas sobre lo que va ocurriendo haciéndoles reflexionar sobre las situaciones en las que ellos se han sentido mal porque alguien se haya burlado de ellos, o han presenciado alguna vez una burla hacia otros compañeros.

Finalmente podemos coger un cubo o caja y decorarla como si fuera un puchero y cada alumno puede escribir (solo o con ayuda) alguna burla, insulto o describir alguna situación en la que se ha sentido mal y que querría reciclar para sentirse mejor.





3-6

He conseguido...

Los alumnos reviven situaciones que muy probablemente hayan vivido y sentido en algún momento. Estas situaciones de burla o rechazo son difíciles de gestionar.

Tanto los niños receptores, como los emisores o los espectadores de las situaciones de burla y rechazo pueden verse reflejados en el cuento. La estrategia que utiliza Cocorina o las estrategias que hayan surgido en el aula en el momento de diálogo, pueden ayudar a los alumnos a saber gestionar este tipo de situaciones consiguiendo que se sientan más fuertes y capaces. Además conseguimos mejorar su autoestima.



He utilizado...

Cuento: "Cocorina y el puchero mágico".

Mar Pavón. Ed. Cuento de Luz.

<https://youtu.be/38m5PPjhrw8>



Esta actividad está pensada para los alumnos de infantil, pero puede ser adaptada para alumnos de primaria.

Pienso...

La burla es el medio que emplea el ignorante acomplejado para sentirse sabio.

Alejandro Jodorowsky.

Me pongo las gafas

Actividad para trabajar la percepción que tienen los demás de mí y cómo esa percepción puede influirme.

Autoestima

Cohesión grupal

Me planteo...

Nos planteamos que los alumnos se vean reflejados en los ojos de sus compañeros.

A veces tenemos una percepción de nosotros mismos que no siempre coincide con la realidad, y está bien que los demás nos digan cosas que podemos mejorar y cosas que tenemos positivas para sentirnos valorados, para conocernos mejor y querernos más.



¿Cómo lo hago?

Empezaremos la dinámica hablando de que no siempre nos conocemos suficiente, y que todos tenemos cosas que se nos dan fenomenal y otras cosas que podemos mejorar. Para querernos debemos saber y aceptar que no somos perfectos.

Nos situaremos en posición de asamblea, a poder ser sentados en círculo. Dependiendo del número de alumnos que tengamos en el aula, nos colocaremos en pequeño o gran grupo y cada alumno saldrá al centro convirtiéndose en el protagonista. En cada grupo habrá unas gafas que irán rotando y sólo podrá hablar el compañero que las tenga. En el momento que las lleve tendrá que decir una cosa que su compañero protagonista puede mejorar y cinco cosas que considera que son positivas y le gusten de él. Así cada uno de los alumnos va a recibir información de sus compañeros de algunas cosas que puede intentar mejorar y muchas características que gustan a sus amigos. Es importante que todos los alumnos pasen por la situación de protagonistas, y que el tutor esté pendiente de gestionar las aportaciones de los alumnos por si alguna llega a ser ofensiva.



3-6

He conseguido...



Con esta actividad consigo que cada uno de los alumnos conozca lo que ven y piensan sus compañeros de él.

Es importante que se hagan aportaciones de cosas que podemos mejorar para aprender y ser mejor persona, pero es esencial que el número de aportaciones positivas sea mucho mayor para que el protagonista se valore y escuche de voz de otros las cosas que se le dan bien o las actitudes o conductas mejor valorados por sus compañeros. Por ello, el acompañamiento de un adulto en la actividad es clave.

Con esta actividad, consigo que los alumnos se conozcan mejor y que mejore la cohesión y el respeto grupal.

Me conozco y me cuido

He utilizado...

Gafas de plástico, a poder ser divertidas y con lentes transparentes para ver la mirada y los ojos de los alumnos.

Esta actividad esta pensada para los alumnos de infantil, pero puede ser adaptada para alumnos de primaria.

Pienso...

Los amigos son como unas buenas gafas, a veces las necesitas para ver las cosas más claras. Anónimo.

¿Cómo soy?

Soy un chico, pero eso no me impide jugar con Teresa.

Educación afectivo-
sexual
Sexualidad

Me planteo...

Nacemos sexuados y por ello, a medida que vamos creciendo nos identificamos con el sexo masculino o el femenino.

Para desarrollar esta actividad, nos planteamos reconocer nuestra propia identidad y conocer las características básicas sexuales para reconocernos como tal y a la vez ser reconocidos.



¿Cómo lo hago?

En el grupo clase hay niños y niñas, por lo que vamos a empezar jugando, presentándonos y categorizándonos en un sexo u otro. Para ello colocaremos aros de dos colores con el nombre de chico y chica y cada uno se irá al aro que se sienta identificado. Una vez situados dinamizaremos el juego de las diferencias mediante el planteamiento de diferentes preguntas estereotipadas de forma muy simple: ¿a quién le gusta cocinar? ¿a qué me gusta jugar? ¿Quiénes son mis amigos?... Cada niño cogerá su aro y se colocará con los alumnos que tengan esa preferencia. Después contaremos los aros de cada color que hay en cada grupo, valorando que todos podemos hacer cualquier cosa independientemente del sexo.

A continuación podrán jugar de forma libre y espontánea.

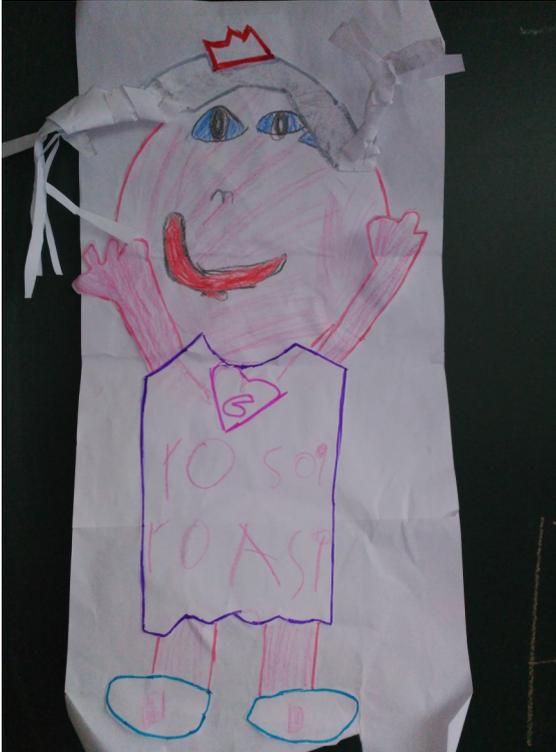


3-6

He conseguido...

Los niños adquieren su identidad sexual hacia los 2-3 años de edad, por lo que debemos afianzarles dicha sexualidad de una forma concisa y coherente. Es importante trabajar y hacer hincapié en el rol de género e identidad sexual empezando a quitar estereotipos propios de un sexo u otro.

Con esta actividad se pretende afianzar su identificación y concienciar de forma lúdica que todos podemos estar con todos y que todos podemos hacer las cosas sin categorizar.



He utilizado...

Para el desarrollo de la actividad precisamos:

- Dos aros de colores (a elegir).
- Rincones de aula donde se vivencie el juego simbólico.

Esta actividad está pensada para los niños de 3 años, ya que de forma muy simple se trabaja la identidad sexual.

Pienso...

Esta es nuestra obligación hacia el niño: darle un rayo de luz, y seguir nuestro camino. Maria Montessori.

¿Es chico o chica?

Pedro tiene pene y yo ,vagina; yo quiero ser astronauta y Pedro, peluquero.



Educación afectivo-
sexual

Sexualidad

Me planteo...

Todos nacemos sexuados, y es importante que desde la etapa de infantil afiancemos nuestra identidad sexual.

Con esta actividad nos planteamos el pleno reconocimiento de las partes de nuestro cuerpo que nos hacen ser diferentes unos de los otros, así como aprender el vocabulario para ir concretando y profundizando.

¿Cómo lo hago?

Toda la clase mediante votación elige a dos compañeros. La maestra anota los nombres de los elegidos. Aquellos que tengan más votos van a ser los que se conviertan en estatuas. Cada uno de los niños tendrá que ir enumerando características propias de un sexo u otro. Finalmente se repartirá una ficha en la que se caracterice cada uno de los sexos y los niños tendrán que pegar gomets en las partes que nos diferencian.

Otra posibilidad de tarea es marcar la silueta de los compañeros e ir creando las diferentes partes del cuerpo con materiales recortados que previamente se han preparado (pueden ser recortes de revistas, periódicos, libros de muñecos para vestir...) para crear un collage propio entre todos. De esta forma queda definida y caracterizada la propia identidad sexual.



3-6

He conseguido...



Que cada alumno sea capaz de identificarse como chico o chica y que ambos sexos pueden tener las mismas posibilidades. Simplemente nos diferencian los genitales, pero este rasgo de nuestra personalidad no lo debemos tomar como un tabú, si no que es algo que nos caracteriza y nos hace ser nosotros mismos. Por ello debemos conocer todas las posibilidades que tenemos y todo aquello a lo que podemos llegar.

He utilizado...

Ficha elaborada por el docente.

Paneles visuales para trabajar la identidad sexual.

Desde edades tempranas tenemos que ir concienciando a los propios alumnos sobre su identidad sexual.

Pienso...

La igualdad de género ha de ser una realidad vivida.

Michelle Bachelet.

Cosas de princesas... ¿o no?

¿Y si al que hubiera que salvar del dragón fuera al príncipe azul?

Educación afectivo sexual

Igualdad de género

Me planteo...

Leer cuentos no tiene género, y éste en concreto plantea reflexionar sobre el papel de las mujeres y las niñas en la sociedad actual.

El entorno promueve estereotipos que diferencian a las niñas y a los niños: color de la ropa, juguetes, deportes....

A través de este cuento, cuestionaremos todos estos roles desde el punto de vista infantil.



¿Cómo lo hago?

Comenzamos en la asamblea preguntando sobre los cuentos de princesas y príncipes que conocen, y sobre los estereotipos que en estos aparecen con regularidad:

- Princesas débiles, bellas, que necesitan ser salvadas...;
- Príncipes valientes, fuertes, salvadores...;

Leemos el cuento en voz alta y reflexionamos (hablamos sobre los personajes, las razones por las cuales la protagonista no comprende ciertas cosas, adjetivos que definen o podrían definir a la protagonista...).

Por último, elegimos cuentos "tradicionales" de princesas y príncipes, donde estos roles y estereotipos aparezcan muy definidos. Intentamos, entre todos o en pequeños grupos, buscar finales diferentes intentando evitar estereotipos.



3-6



He conseguido...

Con esta actividad, los alumnos reflexionan sobre los estereotipos sexistas y discriminatorios.

Además, fomentamos el gusto por la lectura.

Conseguimos, también, favorecer la asertividad y la confianza en sí mismos.

He utilizado...

Cuento: "Yo no quiero ser princesa", Anita de Arbués, Ed. Uno.

Esta actividad está pensada para los alumnos de infantil, pero puede ser adaptada para alumnos de primaria.

Pienso...

Claro... lo malo es que la mujer en vez de jugar un papel, ha jugado un trazo en la historia de la humanidad. Mafalda.

Colores de cuento

A mí me gustan todos los colores: amarillo, azul, verde, rosa, naranja... ¡Qué divertido!

Educación afectivo sexual

Igualdad de género

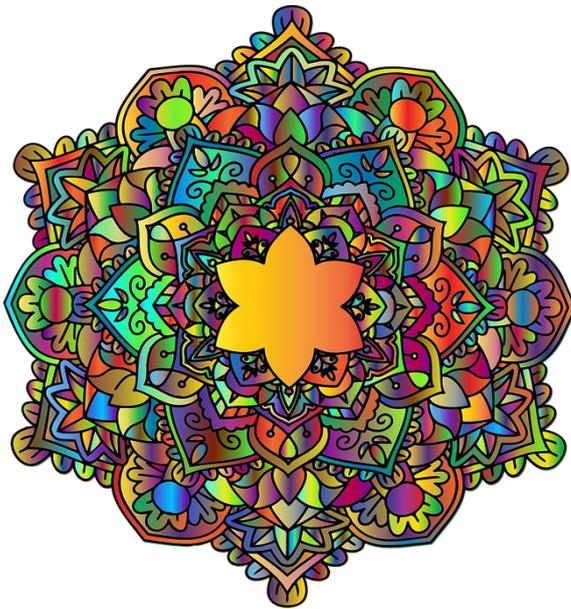
Me planteo...

En los cuentos tradicionales aparecen dos colores muy repetidos:

- Rosa para princesas;
- Azul para príncipes.

Pero... ¿nos gustaría vestir solo de un color o preferimos tener ropa de distintos colores?

Esta actividad nos da a conocer el significado de los colores, sin necesidad de asociarlos a uno u otro género.



¿Cómo lo hago?

En primer lugar, presentamos una serie de cuentos tradicionales donde se caracteriza al príncipe vestido de azul y, a la princesa, vestida de rosa. Preguntamos al grupo por los colores que nos gustan y si nos gusta o no vestir de un solo color.

Para continuar, damos a conocer el significado de los colores:

- Amarillo significa alegría, felicidad...;
- Rojo es la pasión, el amor...;
- Verde es esperanza...;

Con pintura de dedos, elaboramos unas mándalas que pegaremos en un mural de la clase, eligiendo los colores que mejor representan nuestros sueños y/o estado, independientemente de si somos chicos o chicas.



+3

No son cifras, son vidas

DÍA INTERNACIONAL PARA LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

25
noviembre
2013

En el Estado español 1.248 mujeres asesinadas por violencia machista en 17 años. / 603 millones de mujeres viven en países donde la violencia de género no es delito. / La violencia machista provoca más muertes que el cáncer o los accidentes de tráfico. / En India 40 millones de niñas están desaparecidas por "infanticidio". / 250.000 niñas en Brasil ejercen la prostitución. / El 70% de las personas en situación de pobreza son mujeres. / Las mujeres producen el 70% de los alimentos pero sólo son propietarias del 2% de las tierras. / El 53% de las mujeres en el mundo trabaja en empleos vulnerables. / El 80% del trabajo no remunerado lo realizan las mujeres. / Cada año 500.000 mujeres mueren por complicaciones en el embarazo. / 47.000 mujeres mueren cada año por abortos inseguros. / 130 millones de niñas y mujeres están en riesgo de mutilación genital. / Existen más de 60 millones de niñas-esposas en todo el mundo. / Más del 83% de las niñas en EEUU han sufrido acoso sexual en la escuela. / Dos tercios de las personas analfabetas en el mundo son mujeres. / Más de 110 millones de menores en el mundo no están escolarizados, dos terceras partes son niñas.

CONFEDERACIÓN
INTERSINDICAL
Organización de Mujeres

He conseguido...

Con esta actividad desarrollamos el pensamiento crítico que permite analizar los estereotipos sexistas y discriminatorios.

También favorecemos la capacidad de expresión oral y plástica.

Podríamos ampliar la reflexión a temas como los trabajos, deportes, juegos...

He utilizado...

El manual "No somos cifras, son vidas". Propuestas didácticas para Ed. Infantil, Primaria, E.S.O., Bachillerato y E.P.A.

Además necesitamos materiales fungibles: pintura de dedos y mándalas impresos.

Esta actividad esta pensada para los alumnos de infantil, pero puede ser adaptada para alumnos de primaria.

Pienso...

Los estereotipos son verdades cansadas.

George Steiner.

Con Tango son tres

María tiene dos mamás; Juan, dos papás; la mamá de Rubén tiene un novio y yo, vivo con mi papá, pero todos tenemos una familia.

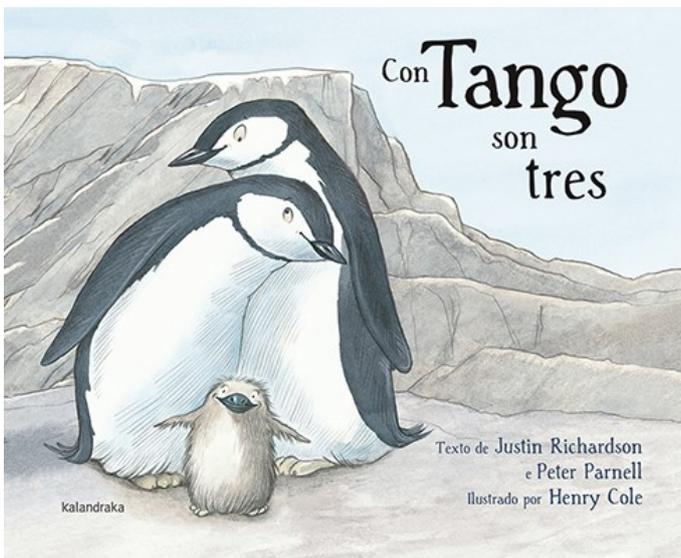
Educación afectivo sexual

Homosexualidad

Me planteo...

Con la lectura de este cuento nos planteamos potenciar una actitud dialogante a nuestros alumnos. Queremos fomentar el respeto, la convivencia y la aceptación de todo tipo de familias.

Seguro que en el aula hay alumnos con familias de 2, 3, 4, 5 individuos, familias monoparentales, dobles familias reconstruidas, familias más comunes (papá y mamá e hijos), familias homosexuales, etc. Se trata que toda familia sea aceptada de manera natural.



¿Cómo lo hago?

Empezaremos presentando el cuento. Mostrando la portada y el título. Preguntaremos a los alumnos de qué creen que tratará la historia e intentaremos motivar su atención. Haremos una primera lectura del cuento, intentando adaptar la entonación y el timbre de voz a la trama de la historia. Al terminar el cuento pueden aportar sus emociones o dudas.

Haremos una segunda lectura, más despacio y con intervenciones tanto del maestro como de los alumnos que serán partícipes a base de preguntas sobre lo que va ocurriendo. Les haremos reflexionar sobre la posibilidad que dos hombres o dos mujeres formen una familia, tengan hijos y sean felices. Sobre todo, pretendemos hacerles ver con naturalidad que cada uno es libre de querer a quien quiera, y que lo importante es el respeto y la libertad.

Después de la lectura, estableceremos un diálogo en el que los alumnos podrán ir interviniendo; muchos de ellos conocerán personas homosexuales y es importante que se pueda hablar del tema de manera natural y libre.



+3

He conseguido...



La historia de “Con Tango son tres” es una historia real de dos pingüinos macho del zoo de Central Park. Está contada de una manera muy tierna y natural. Tratando la homosexualidad como se merece: sin darle ni más, ni menos importancia.

Los niños se acercan a un caso real de familia homosexual entre animales sin darse cuenta ni darle mayor relevancia.

Si esta historia la podemos relacionar con personas de nuestro entorno habremos conseguido abrir un tabú que todavía está muy presente en muchas casas. Además podremos trabajar el respeto, la aceptación y la libertad que el tema merece.

He utilizado...

“Con Tango son tres”. Justin Richardson y Peter Parnell. Ed. Kalandraka.

<https://youtu.be/JLteRP7s2Jw>



Esta actividad esta pensada para los alumnos de infantil, pero puede ser adaptada para alumnos de primaria.

Pienso...

Sólo el amor nos permite escapar y transformar la esclavitud en libertad.

Paulo Coelho.

Un puñado de botones

Los botones se parecen a nosotros, ¡vaya cantidad de familias!

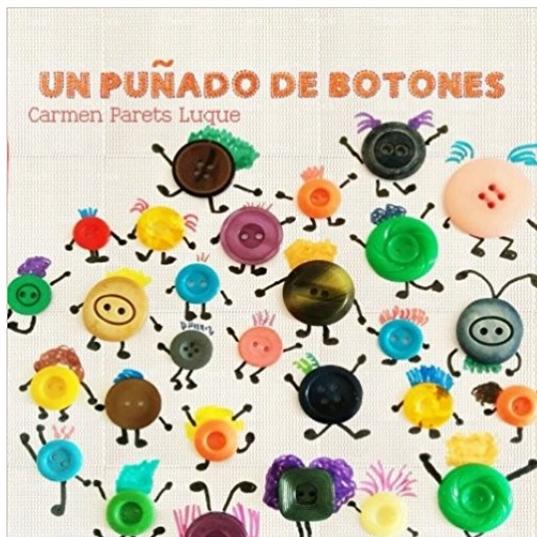
Educación afectivo sexual

Tipos de familia

Me planteo...

Con la lectura de este cuento nos planteamos potenciar los valores de respeto y libertad. Queremos fomentar el respeto, la convivencia y la aceptación de todo tipo de familias.

Cada vez más nos encontramos con alumnos que viven en familias de tipología muy diversa. Sin embargo, todavía tenemos el estigma de que la familia tradicionalmente más habitual es la familia más adecuada; una idea que debemos romper.



¿Cómo lo hago?

Empezaremos la sesión sentándonos en asamblea y hablando de nuestra familia, de los componentes de ella, las relaciones, etc. Después presentaremos el cuento mostrando la portada y el título. Preguntaremos a los alumnos de qué creen que tratará la historia e intentaremos motivar su atención. Empezaremos la primera lectura del cuento a la que los alumnos deberán escuchar en silencio.

Haremos una segunda lectura, más despacio y con intervenciones tanto del maestro como de los alumnos a los que vamos a hacer partícipes a base de preguntas sobre lo que va ocurriendo haciéndoles reflexionar sobre los tipos de familia que van apareciendo en la lectura y las familias reales que conocen y que se ajustan a las del cuento.

Finalmente podemos intentar reproducir las familias que van apareciendo en el cuento con botones que hayamos conseguido traer al cole. Este proceso tiene que ir acompañado de palabras que fomenten el respeto a que cada uno tenga una familia en la que todos sus componentes se quieran y se respeten, sea el tipo de familia que sea.



3-6

He conseguido...

Explicando este cuento consigo romper un poco el estigma de la familia tradicional compuesta por madre-padre-hijos.

En el cuento aparecen todo tipo de familias, con 2, 3, 4 o más personas, heterosexuales y homosexuales, con miembros de distintos países, con o sin mascotas, padres divorciados y nuevas familias, etc.

Lo más importante de esta actividad es que los niños sean conscientes que hay muchos tipos de familias y que todas merecen nuestro respeto y tolerancia.



He utilizado...

Cuento: *"Un puñado de botones"* de Carmen Parets.

Una caja con botones.

<https://youtu.be/X3pqs30VJHk>



Esta actividad esta pensada para los alumnos de infantil, pero puede ser adaptada para alumnos de primaria.

Pienso...

La sangre te hace pariente, la lealtad te hace familia.

Jashiel García .

Familias de Playmobils

Jugamos y aprendemos en clase con los Playmobil.

Educación afectivo sexual

Tipos de familia

Me planteo...

A través de esta actividad pretendemos que los alumnos se den cuenta de la diversidad familiar que podemos encontrarnos hoy en día: padres separados, hermanos adoptados, monoparentales...

Además queremos fomentar el diálogo y la tolerancia de los más pequeños hacia la diversidad de nuestra sociedad.



¿Cómo lo hago?

Es importante realizar esta actividad cuando hayamos realizado las actividades anteriormente propuestas “Con Tango son tres” y “Un puñado de botones”.

La actividad consiste en que los alumnos vayan construyendo familias con las figuritas de Playmobil. Para ello es importante tener gran cantidad de muñequitos para lo que podemos pedir a las familias su aportación (que pongan el nombre o marquen cada una de sus figuritas). En pequeños grupos de alumnos les pediremos que creen una familia de cada tipo que se les ocurra y a continuación estableceremos un diálogo en la que todos los grupos expongan y expliquen sus familias.

Finalmente haremos fotos de todas las familias que hayan compuesto nuestros alumnos y crearemos un mural que colgaremos en clase. Podemos añadir fotos de las familias reales de nuestros alumnos.



3-6

He conseguido...

En las últimas décadas han surgido muchos cambios importantes en la sociedad, y la familia no es una excepción.

Cada vez se acepta más y se vive de manera más natural que existan distintos tipos de familias, pero no siempre es así.

Todavía encontramos muchos estereotipos y relacionamos la palabra familia a la composición tradicionalmente típica de padre-madre-hijos.

Eso ha cambiado y tenemos que conseguir que nuestros alumnos vivan de manera natural que existen muchos tipos de familias, ninguna mejor que otra. Solo así conseguiremos respeto y tolerancia hacia los demás.



He utilizado...

Figuras de Playmobil.

Cámara de fotos.

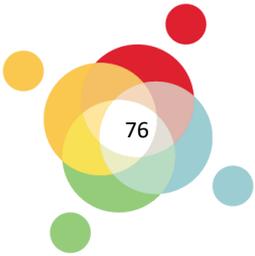
Papel continuo o cartulina para crear un mural.

Esta actividad esta pensada para los alumnos del último curso de infantil, pero puede ser adaptada para alumnos más pequeños.

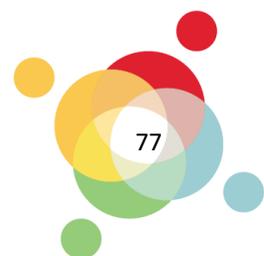
Pienso...

Familia no son siempre personas, ni cuatro paredes, familia es donde compartes, donde acompañas, donde descansas, donde simplemente... eres alguien especial.

Anónimo.



Las emociones





CEIP La Fuenfresca

Teruel

<http://cplfteru.educa.aragon.es>



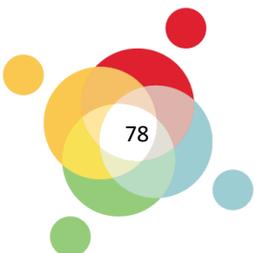
Ana Soriano Jarque



Rosa Sanz Ortíz



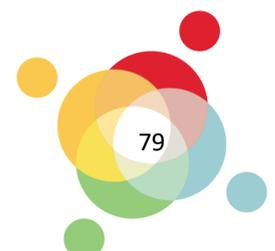
Concepción Lucas Torrijo





Nuestro colegio se plantea como básicas y prioritarias las líneas metodológicas basadas en:

- El fomento la convivencia mediante la educación para la convivencia, aplicando medidas conjuntas del centro y desarrollando actividades y dinámicas de conocimiento, resolución de conflictos, en la tutoría y en las distintas áreas.
- El desarrollo personal mediante la educación de las emociones. Queremos aulas emocionalmente inteligentes donde los alumnos sean los principales protagonistas del proceso
- Mediante un planteamiento de educación bilingüe, adquirir la competencia comunicativa básica en inglés que permita a los alumnos y alumnas expresar y comprender mensajes orales y escritos y desenvolverse en situaciones cotidianas.
- Buscamos la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje a través del aprendizaje significativo, activo y por descubrimiento, utilizando el aprendizaje cooperativo como principal planteamiento metodológico.
- Garantizamos en el centro un ambiente inclusivo que permita el completo desarrollo de los alumnos con capacidades distintas, especialmente de aquellos que padecen trastornos del espectro autista.



Las emociones

En la etapa de educación infantil, se debe atender al desarrollo de la afectividad como dimensión esencial de la personalidad infantil, potenciando el reconocimiento, la expresión y el control progresivo de emociones y sentimientos.

Estos sentimientos van a ayudar en la construcción de un concepto de sí mismo ajustado, que enseñe a actuar con sus posibilidades y limitaciones, a interactuar con el entorno de forma segura, al desarrollo cognitivo, afectivo y de relación con sus semejantes.

Estos procesos tanto el individualizado como el de socialización serán fundamentales en la escuela, como lugar socializador para que se lleve a cabo este aprendizaje mediante el establecimiento de relaciones entre iguales, descubriendo sentimientos y emociones y favoreciendo una seguridad emocional.

El trabajo a lo largo de todas las etapas educativas obligatorias orientado al desarrollo emocional configurará la adquisición de la **competencia en conciencia emocional** entendida como la capacidad de darse cuenta y ser consciente de lo que se siente e identificar las emociones, tanto propias como en los demás. Concepto de emoción, emociones positivas y negativas, reconocimiento de emociones en los demás, reconocimiento de las propias emociones.

La **competencia en regulación emocional**, habilidad para controlar las propias emociones, desarrollar las positivas y controlar los impulsos. Efectos nocivos de las emociones negativas, construcción de emociones positivas, tolerancia a la frustración, control del estrés, resiliencia.

La **competencia en autonomía emocional**, habilidad para desarrollar la confianza en sí mismo. Pensamiento positivo, confianza en sí mismo, autoestima, y aumento de la motivación.

La **competencia en habilidades socioemocionales**, que se ponen en marcha en las relaciones interpersonales. Escucha activa, asertividad, resolución de conflictos, trabajo en equipo, empatía.

La **competencia en habilidades para la vida y el bienestar personal**. Pensamiento crítico, pensamiento creativo, toma de decisiones.

Se observa que trabajar en emociones desde edades tempranas como la edad de infantil, es una buena base a partir de la cuál se van construyendo arquitecturas más complejas de la persona que le ayudarán a resolver las diferentes situaciones de la vida.

Tabla de contenido

1º INFANTIL	2º INFANTIL	3º INFANTIL
Educación emocional		
CONOCER Y EXPRESAR las emociones	CONOCER, EXPRESAR Y EMPATIZAR las emociones	CONOCER, EXPRESAR, EMPATIZAR Y GES- TIONAR las emociones
Alegría	Nervios	Felicidad
tristeza	Envidia	Perdón
Miedo	Celos	Culpa
Rabia	Sorpresa	Rencor
Calma	vergüenza	Timidez
Amor	Asco	soledad
		Angustia

Con el propósito de un trabajo individualizado de las emociones en la etapa de infantil, donde se aprenda a conocer, expresar, empatizar y gestionar, se puede seguir un desarrollo hacia un trabajo más consolidado en educación emocional y empatía. El trabajo en estos aspectos resulta esencial, sentir y ponerse en el lugar del otro para que conforme se vayan alcanzando niveles superiores, se pueda realizar una actuación más seria sobre bases emocionales firmes en la prevención, detección y actuación sobre el acoso escolar y el ciberacoso.

Si el trabajo se centra en tener niños fuertes emocionalmente, no permitirán situaciones de violencia o exclusión, ni con respecto a ellos mismos, ni con respecto a sus iguales. Se trata de aumentar el colectivo de los observadores y disminuir el de víctimas.

La metodología de trabajo en el colegio se basa en el siguiente esquema:

OBJETIVOS: . 3 AÑOS: Conocer las emociones, 4 AÑOS: Conocer y empatizar las emociones, 5 AÑOS: Conocer, empatizar y gestionar las emociones.

EJE CONDUCTOR: 3 AÑOS: “ El monstruo de colores”, 4 AÑOS: “ El abecemociones” y “Las gafas de sentir”, 5 AÑOS: “ El emociómetro del Inspector Drilo”.

EMOCIONES TRABAJADAS EN CADA NIVEL:: 3 AÑOS: Alegría, tristeza, miedo, rabia, calma, amor, 4 AÑOS: Nervios, envidia, celos, sorpresa, vergüenza, asco. 5 AÑOS: Felicidad, perdón, culpa, rencor, timidez, soledad y angustia.

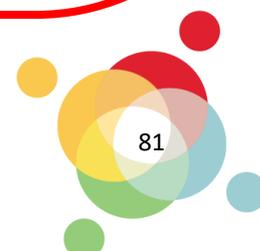


Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Somos monstruitos	Conocemos: Alegría, tristeza, enfado, calma, rabia, amor.	+ 3		
Baile de colores	Conocemos: Alegría, tristeza, enfado, calma, rabia, amor.	+ 3		
Somos emoción	Conocemos: Alegría, tristeza, calma, rabia, miedo.	+ 3		
Creatividad al poder	Conocemos: Alegría, tristeza, miedo, calma, rabia, amor.	+ 3		
Cada cosa en su lugar	Conocemos: Alegría, tristeza, calma, rabia, miedo.	+ 3		
La maleta	Conocemos: Alegría, tristeza, miedo, calma, rabia, amor.	+ 3		
Las gafas de sentir	Conocemos: Nervios, enfado, angustia, soledad, culpa.	+ 4		

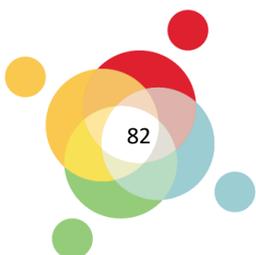


Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Botiquín de las emociones	Conocemos nervios y enfado.	+ 4		
Bote de la calma	Conocemos y gestionamos: nervios y enfado.	+ 4		
Nos entendemos	Conocemos : nervios y angustia.	+ 4		
Rincón de la calma	Conocemos: calma.	+ 4		
Escribimos un libro	Conocemos: angustia, soledad y culpa.	+ 4		
El emocionómetro del inspector Drilo	Conocemos: envidia, celos, sorpresa, vergüenza y asco.	+ 5		
Poniendo caras.	Conocemos: envidia, celos, sorpresa, vergüenza y asco	+ 5		

Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Consejos emocionales	Conocemos, empatizamos y gestionamos: envidia, celos, sorpresa, vergüenza y asco.	+ 5		
¿Qué sientes al ver?	Conocemos, empatizamos y gestionamos: envidia, celos, sorpresa, vergüenza y asco	+ 5		
Agrado y desagrado	Conocemos: sorpresa y asco.	+ 5		

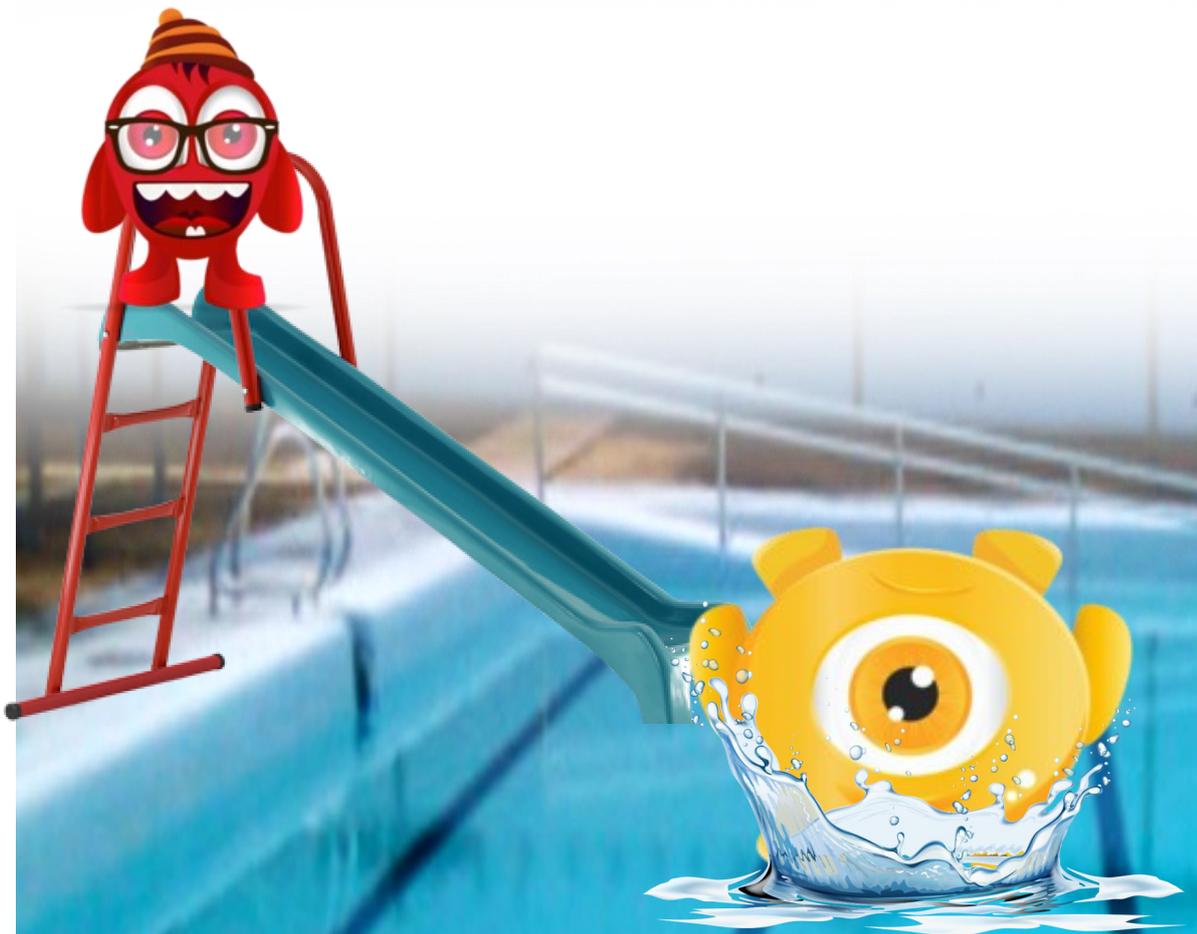
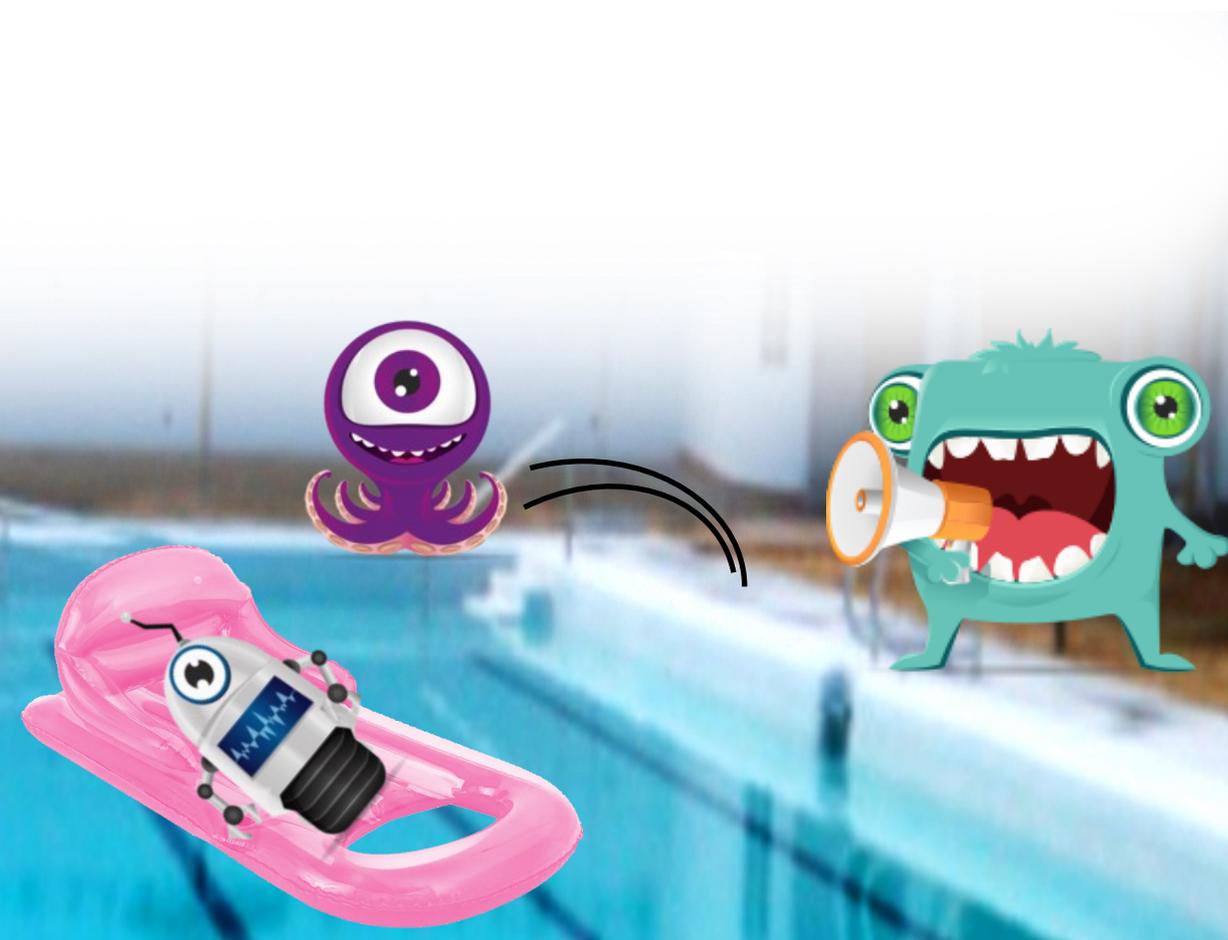


Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Buzón molón y cometimidez.	Conocemos y gestionamos: timidez y vergüenza	+ 4		
Biblioteca de aula	Conocemos: envidia, celos, sorpresa, asco...	+ 4		
Nos conocemos	Autoestima y etiquetas sociales	+ 5		



Somos monstruitos

Hoy nos visita en clase el mismísimo monstruo de colores.

Conocemos:

Alegría, tristeza, miedo, calma, rabia y amor

Me planteo...

A través de este cuento pretendemos que nuestro alumnado sea capaz de identificar y reconocer las principales emociones: alegría, miedo, tristeza, calma, rabia y amor.

Además vamos a utilizar este libro como eje conductor de otras actividades donde se trabajen las emociones.

¿Cómo lo hago?

Comenzaremos con la dramatización del cuento “ el monstruo de colores”. Cada marioneta representará una emoción concreta. Se pedirá la participación de los niños para colocar en botes botones de colores vinculados a cada emoción. Al terminar realizaremos una pequeña lluvia de ideas sobre cuando se sienten alegres, tristes, con miedo...

Posteriormente, se elaboraran disfraces alusivos a las diferentes emociones del monstruo de colores y aprovechando la hora del almuerzo, los diferentes monstruos pasarán por clase interpretando su estado de ánimo. Los niños deberán adivinar de que emoción se trata.



He conseguido...

A partir de estas actividades hemos conseguido que los niños se inicien en la habilidad para identificar las principales emociones básicas, lo que favorece el autoconcepto del niño.

Ser capaces de reconocer nuestras emociones y expresar lo que sentimos son los pilares básicos para afianzar la inteligencia emocional, tan importante en nuestra vida cotidiana. Es por esta razón que la Educación Emocional debe ser uno de los contenidos de trabajo dentro de nuestra actuación diaria en el aula.



He utilizado...

El monstruo de colores → Anna Llenas,
Ed. Flamboyant.

Marionetas plastificadas de los monstruo de colores.

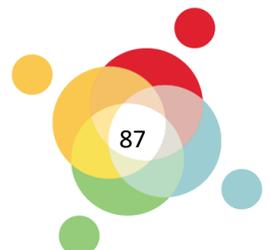
Disfraces con bolsas de basura y fieltro de los monstruos de colores.

Actividades recomendables en infantil y cursos iniciales de primaria.

Pienso...

Conocerse a sí mismo es el principio de toda sabiduría.

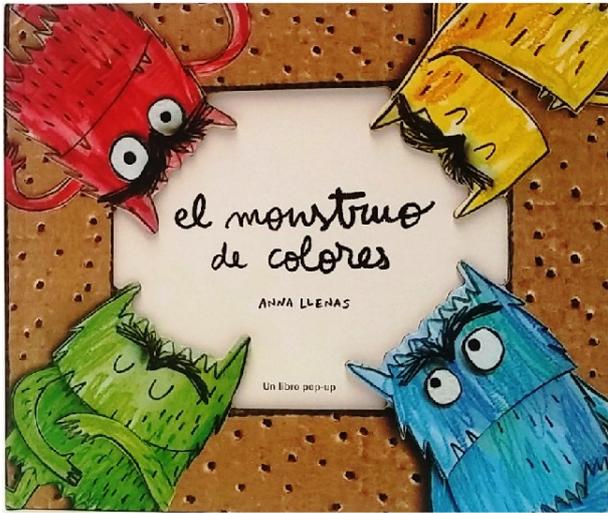
Aristóteles.



Baile de colores

Un baile lleno de lanas, ¿nos liaremos tanto como el monstruo de colores?

Conocemos:
Alegria, tristeza, calma, rabia y miedo



Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos identifiquen cada una de las cinco emociones que trata el cuento con una música relacionada con dicha emoción y se exprese con su cuerpo.

Es un momento de esparcimiento y diversión en la que afianzamos el conocimiento de las emociones básicas.

¿Cómo lo hago?

En cada sesión trabajaremos una emoción. La estructura de la mismas sería: primero, poner una música correspondiente a cada emoción, escucharla con los ojos cerrados durante un minuto y posteriormente preguntar a los alumnos qué emoción les transmite. A continuación, repartir a los alumnos una lana del color relacionado con la misma y pedirles que se muevan coordinando sus movimientos y los de la lana, siguiendo el ritmo de la música. Primero lo harán en solitario y más tarde en parejas y pequeños grupos. Una vez que hayamos trabajado todas la emociones podemos poner las diferentes músicas aleatoriamente y que sean ellos los que cojan la lana adecuada. Como añadido, podemos pedir a los alumnos que coloquen las diferentes lanas dentro de un bote diciendo un ejemplo personal o externo de cuando se sienten ellos esa emoción.

Otra actividad alternativa sería mensajes en folios de colores: los alumnos escriben palabras relacionadas con la emoción que trabajamos y las guardan en el bote (5 años).



He conseguido...

De sobra es conocida la relación entre música y emociones. Con esta actividad los alumnos experimentan y sienten con su cuerpo, su movimiento y su oído las diferentes emociones.

Es importante en este aspecto que acompañemos a nuestros alumnos en la expresión de sus sentimientos y emociones a través de su cuerpo, ya que muchas veces tenderán a reprimir ciertas expresiones cuando éstas les generen malestar. Recordar que hay alumnos más desinhibidos que otros y que tenemos que respetar estas diferencias.



He utilizado...

Botes de cristal.

Lanas de colores.

Música descargada de la web:

Folios de colores.

<http://www.auladeelena.com/p/proyecto-emocionario-musical.html>.

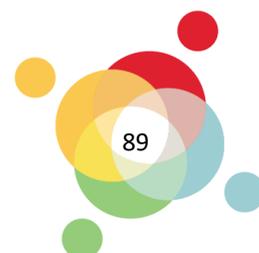


Esta actividad puede desarrollarse a cualquier edad.

Pienso...

Hay atajos para la felicidad y el baile es uno de ellos.

Vicky Baum.



Somos emoción

¡Hacer estos juegos es una auténtica aventura!

Conocemos:

Alegría, tristeza, calma, rabia y miedo

Me planteo...

Los alumnos experimentan las emociones, de alegría, tristeza, miedo, calma, enfado y amor, a través del movimiento con su cuerpo, escuchando la música y a través de diferentes juegos y pruebas que les hacen sentirse auténticos aventureros.



¿Cómo lo hago?

Los alumnos escuchan la música relacionada con cada emoción y realizan movimientos libres por todo el espacio, con materiales diferentes:

- con la música de la alegría bailan por el espacio moviendo unos pompones amarillos.
- con la música de la tristeza se esconden debajo de una bolsa azul.
- con la música de la calma se hacen un masaje, por parejas, con pluma verdes
- con la música del miedo pasan y se esconden en un túnel tapado con telas negras
- con la música del enfado tiran al suelo con fuerza pelotas y globos rojos
- y con la música de amor le ponen un corazón rosa de cartulina al compañero que elijan, dándole un abrazo, un beso...



He conseguido...

Los alumnos trabajan en equipo de forma cooperativa ayudándose y aportando al grupo sus vivencias, a la vez que interiorizan las emociones básicas.

Es un momento de disfrute y esparcimiento que permite a los alumnos expresarse libremente y experimentar con diferentes materiales que les aportan sensaciones distintas.



He utilizado...

Música descargada de la web:

<http://www.auladeelena.com/p/proyecto-emocionario-musical.html>

Pompones amarillos, bolsas azules, pelotas y globos rojos, plumas verdes, corazones rosas, túnel de psicomotricidad y telas negras.

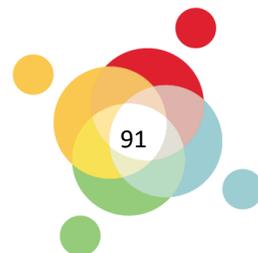


Esta actividad se puede desarrollar en todos los cursos de infantil.

Pienso...

El movimiento tiene el poder de agitar los sentidos y las emociones.

Doris Humphrey.



Creatividad al poder

Hemos dejado al monstruo de colores muchísimo más guapo.

Conocemos:

Alegría, tristeza, miedo, rabia, calma y amor

Me planteo...

Con esta actividad queremos que nuestros niños conozcan las emociones: alegría, tristeza, miedo, enfado, calma y amor.

Cada niño se siente identificado en ese momento con una emoción que le suscita una expresión facial acompañada de sentimientos que la caracterizan.

¿Cómo lo hago?

En la asamblea empezaremos a recordar las emociones que conocemos a través del cuento del Monstruo de colores y cómo nos sentimos en determinados momentos. La idea es que todos los niños participen y sean conscientes de los sentimientos y expresiones que recogen las emociones trabajadas.

Posteriormente, dividiremos a los niños en equipos de trabajo y colocaremos un monstruo de colores en papel continuo blanco para que los niños lo decoren según su estado de ánimo en ese momento. Les dejaremos diversidad de materiales. Ceras de colores, pinturas plásticas, lanas de colores, papel de seda, cartulinas....

Escucharemos las músicas de las emociones: alegría, tristeza, miedo, enfado, rabia... Seguidamente pasarán a decorar los monstruos con los materiales del color de la emoción que en ese momento eligen según sus sentimientos o preferencias.





He conseguido...

Es muy importante que los niños conozcan las emociones y los diferentes sentimientos a los que dan lugar. Poco a poco van identificando sus emociones, expresiones, formas de actuar...

Ellos expresan cómo se ven, porqué interactúan de esa manera, qué comportamiento es el adecuado y cual el inadecuado y van aprendiendo a convivir y respetar a sus compañeros.

Además conseguimos que tomen conciencia de prestar ayuda a los compañeros que se sienten mal o muestran expresiones negativas.



He utilizado...

Papel continuo blanco y cartón.

Material fungible de aula: témperas, lana, ceras, papel de seda, cartulinas, palitos de colores...

https://www.youtube.com/watch?v=MOLy9_sv4Sg



Esta actividad está diseñada para los niños de 3 y 4 años.

Pienso...

La capacidad de expresar los propios sentimientos constituye una habilidad social fundamental. Daniel Goleman.



Cada cosa en su lugar

¿Cómo me siento en cada momento?

Conocemos:

Alegría, tristeza, calma, rabia y miedo

Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos entiendan, identifiquen y clasifiquen las cinco emociones que trata el cuento: alegría, tristeza, calma, rabia y miedo.

Estas emociones son las conocidas como emociones básicas lo que las hace importantísimas para que los alumnos puedan entender cómo se sienten.



¿Cómo lo hago?

Partimos del conocimiento del nombre y características de cada emoción tras la lectura y trabajo del cuento en sesiones anteriores.

Repartimos a los alumnos imágenes, en papel, donde hay dibujadas diferentes situaciones u objetos. Les pedimos que nos digan lo que ven, qué emoción les transmite y por qué. Después de este debate pasamos a pegarla en el bote correspondiente a dicha emoción.

Podríamos variar la actividad dejando los botes pegados en la pared y poniendo en el suelo las tarjetas anteriores, entonces les hacemos la siguiente pregunta: ¿cuándo te sientes tu así (triste, alegre...)? Y deberán coger las tarjetas que para ellos identifiquen dicha emoción.



He conseguido...

Con esta actividad los alumnos reflexionan sobre su propia vida, sus sentimientos y experiencias ante diferentes situaciones.

Es importante en este aspecto que acompañemos nuestros alumnos en la verbalización de sus sentimientos, ya que muchas veces tenderán a reprimir ciertas expresiones cuando éstas les generen malestar. Así mejoraremos su autoestima y autoconcepto. Por otra parte, recordar que cada alumno tiene un ritmo diferente, así que debemos ser pacientes y darles espacio.



He utilizado...



Cuento: Monstruo de colores. Anna Llenas, Ed. Flamboyant.

Imágenes plastificadas de diferentes ámbitos.

Botes de colores de cartón.

Esta actividad está pensada para el alumnado de educación infantil y primero y segundo de primaria.



Pienso...

No hay separación de mente y emociones; las emociones, pensamientos y aprendizajes están relacionados. Eric Jensen .



La maleta

*En nuestra maleta cabe de todo
y además la familia nos ayuda.*

Conocemos:

Alegría, tristeza, miedo, calma, rabia, amor

Me planteo...

Con esta dinámica anual se pretende fomentar la interrelación y el conocimiento mutuo e implicar a las familias en la educación emocional.

Queremos que los alumnos expresen de una forma cercana y real qué situaciones u objetos les producen miedo, tristeza, alegría... Esta interacción va a ser fundamental para empezar a empatizar.



¿Cómo lo hago?

Se reparte una nota informativa a las familias donde se recuerda que estamos trabajando el monstruo de colores y que una de las actividades paralelas donde vamos a requerir de su colaboración va a ser la maleta.

Al día siguiente presentamos en clase nuestra maleta adornada con lanas de colores y unos ojos gigantes de goma eva. Sacaremos un objeto personal y leeremos una nota donde explicaremos que emoción nos produce y su porqué. Seguidamente comentaremos que esto es lo que deberá hacer cada uno, cuando llegue su turno. Al terminar la dinámica realizaremos un libro con las notas aportadas que quedará expuesto en la biblioteca de aula.

En la maleta pueden meter una manualidad realizada en familia, su peluche con el que duermen para no tener miedo, una pelota porque le da mucha alegría ir a jugar al parque.



He conseguido...

A través de esta actividad hemos conseguido que los niños sean capaces de expresar a su familia sus emociones. Es una buena oportunidad para que intercambien experiencias personales ayudando a construir un buen clima de comunicación. La implicación de las familias garantiza el éxito en las actividades de aula.

Por otro lado, todo el alumnado ha participado compartiendo sus vivencias personales. Mostrar el objeto que les produce una emoción concreta de una forma tan lúdica y cercana a su realidad contribuye a desarrollar la empatía, aspecto fundamental para el desarrollo social del niño.



He utilizado...

Nota informativa a las familias.

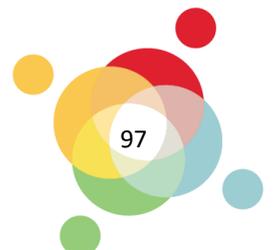
Bolsa negra rectangular decorada con lanas de colores.

Dinámica adaptada de Spencer Kagan.

Esta actividad puede realizarse tanto en primaria como en infantil cambiando la ambientación.

Pienso...

*No olvides que las pequeñas emociones son los grandes capitanes de nuestras vidas y las obedecemos sin darnos cuenta. **Vicent Van Gogh.***



Las gafas de sentir

Buscamos opciones para solucionar problemas de mi vida cotidiana.

Conocemos:

Nervios, enfado, angustia, soledad y culpa

Me planteo...

Con la lectura y trabajo del cuento "Las gafas de sentir" aprenderemos a entender emociones como, los nervios, el enfado, la culpa y la angustia.

Además pretendemos también aprender a empatizar, buscando soluciones a estas emociones cuando las perciba en mi mismo y/o cuando las vea en mis iguales.



¿Cómo lo hago?

Leeremos el cuento de "Las Gafas de Sentir" por partes, cada día trabajaremos una emoción realizando la siguiente secuencia de actividades:

- Leo la sección del cuento relacionada con la emoción y el suceso que vamos a trabajar.
- Entre todos pensamos soluciones al problema que el cuento ha planteado y luego leemos las páginas donde nos da la solución que han buscado comparándola con la nuestra.
- Le preguntamos al alumnado cuándo se sienten ellos así y como lo solucionan.

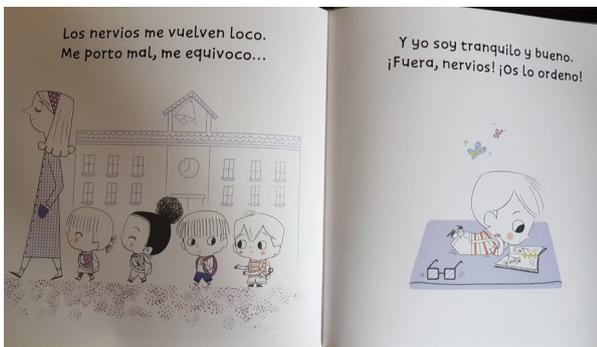
Cuando ya hayamos trabajado el cuento completo podemos hacer en papel continuo unas gafas grandes, decorarlas entre todos y jugar a poner en un cristal dibujos/palabras de ejemplos de situaciones y en el otro dibujos/palabras de las posibles soluciones.



He conseguido...

Con esta actividad hemos logrado que avancen un paso más ya que, no solo hemos trabajado la identificación de las emociones, sino que también hemos aprendido a buscar soluciones para gestionar nuestros sentimientos y salir del bloqueo que nos causa sentirnos mal ante cualquier adversidad.

Además nos hemos puesto en la piel de nuestros iguales viendo que les suceden cosas parecidas a las propias, entendiendo como se sienten y ayudándoles a pensar opciones positivas.



He utilizado...

Cuento: "Las Gafas de Sentir". Vanesa Pérez-Sauquillo y Sara Sánchez. Ed. Beascoa.

Esta actividad se podría trabajar también en 5 años

Pienso...

Me emociona pensarlo, imagínate hacerlo.

Daniela Galofre.



Botiquín de emociones

¿Cómo nos curamos el alma? ¿Qué hacemos cuando son nuestras emociones las que se quejan?

**Conocemos:
Nervios y enfado**

Me planteo...

En esta actividad pretendemos que el alumnado resuelva cualquier malestar emocional que padezca transformándolo en alegría.

Es una forma de que los alumnos reconozcan la emoción del enfado o la tristeza, la verbalicen y compartan con sus compañeros y busquen una solución lúdica a su emoción.



¿Cómo lo hago?

Crearemos en el aula el “Rincón de la calma” para trabajar con diferentes materiales como este. Es necesario que se encuentre en un lugar accesible, al alcance de todos. Se colocarán dentro las instrucciones, para que las puedan leer siempre que lo necesiten explicándolas individualmente.

Elaboraremos el botiquín con una caja de cartón o de plástico decorada por fuera y pondremos en el interior diferentes medicinas: abrazómetro (un pequeño cojín con forma de corazón que tiene brazos para podernos abrazar), desenfurruñol (bote de spray con agua para pulverizar por la cara cuando te sientes enfadado), tiritas que curan la tristeza, toalla recoge lágrimas, caramelos de la risa, etc.

Podemos curarnos solos, por parejas o el profesor cura a los alumnos. Para ello hay que recopilar primero información sobre el paciente, preguntarle cuál es su dolencia o su problema, darle después un diagnóstico y recetarle finalmente lo que considere oportuno.



He conseguido...

Con estas medicinas de “placebo” los problemas de los alumnos desaparecen como por arte de magia, o al menos, mejoran.

Debemos entender que las emociones son muy personales y hay momentos en los que no apetece compartirlas con otros, aunque también es cierto que cuando se cuentan los problemas, muchas veces se hacen pequeñitos al instante.

Si los niños consideran que falta algo, pueden proponerlo e incluirlo a posteriori. Ellos mismos pueden crear jarabes que curan cosas.



He utilizado...

<https://refugiodecrianza.com/2018/03/02/botiquin-las-emociones-sanar-heridas-emocionales/>

Caja, cojín, tiritas, spray, recetas, fonendoscopio, caramelos...

Esta actividad está pensada para los más pequeños pero puede adaptarse para los primeros cursos de primaria.



Pienso...

Bueno ¿y cómo hace uno para pegarse una tirita en el alma?

Mafalda.



El bote de la calma

Si entendemos como funciona nuestra cabeza cuando estamos nerviosos y enfadados mejoraremos nuestras emociones.

Conocemos y gestionamos:
nervios y enfado

Me planteo...

Con esta técnica educativa del Método Montessori pretendemos que los alumnos aprendan a tranquilizarse cuando estén nerviosos y/o enfadados. Conseguirán controlar estas emociones aprendiendo a controlar su respiración

Además mejoraremos la concentración y atención selectiva, la ansiedad y la hiperactividad.



¿Cómo lo hago?

Fabricaremos el bote de la calma con un bote de plástico con tapa, agua templada, pegamento transparente, colorante alimentario y purpurinas.

Le explicaremos a los alumnos que cuando movemos este bote ocurre lo mismo que pasa en nuestra cabeza cuando estamos enfadados y nerviosos. Todas nuestras ideas están revueltas y desordenadas como las purpurinas del bote y así no podemos pensar ni actuar bien. Entonces tendremos que aprender a volver a la calma para poder pensar y actuar correctamente. Después lo dejaremos en el rincón de la calma.

Cuando los alumnos lo necesiten sólo tienen que cogerlo, moverlo y mirar como las purpurinas poco a poco van bajando hasta la base del bote. Al mismo tiempo que sus ideas y pensamientos también irán bajando y colocándose en su lugar.



He conseguido...

Observamos una canalización emocional, a través de la cual los alumnos liberan las emociones negativas que no saben gestionar. Mientras agita el bote, se liberan las tensiones emocionales acumuladas, ejerciendo un efecto relajante que elimina la irritación o ansiedad

Según algunos estudios, mientras que los alumnos observan la caída de brillo, pueden organizar y centralizar el sistema nervioso. Cuando los alumnos están estresados, su ritmo cardiaco se acelera junto a su respiración, el ver bajar los brillos genera un modelo visual que le entrega una señal al cerebro que disminuye la agitación.



He utilizado...

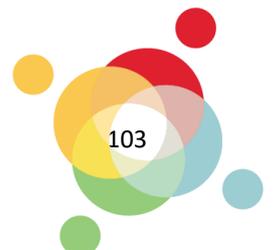
Bote de plástico con tapa, agua templada, pegamento transparente, colorante alimentario y purpurinas.

Esta actividad está pensada para infantil, pero funciona también con los mayores.



Pienso...

Deja que la mente se calme y el corazón se abra. Entonces todo será muy diferente. Sri Sri Ravi Shankar.



Nos entendemos

Primero hablas tú y yo te escucho y luego ,al revés.

Conocemos:

Nervios y angustia

Me planteo...

A través de esta actividad buscamos que nuestros niños conozcan y valoren sus emociones y las de los demás con sus efectos tanto positivos como negativos.

Para ello, tienen que desarrollar habilidades de control y regulación de las emociones y de los impulsos. Planteamos preguntas de reflexión para conocer cómo nos sentimos en situaciones conflictivas y nos ponemos en la situación del compañero mostrando una actitud de escucha activa.



¿Cómo lo hago?

Diariamente nos encontramos con numerosas situaciones de conflictos entre nuestros niños y como docentes, nos toca pensar cuál es la mejor manera de solucionarlo. Somos de la opinión de que, en vez de castigar, debemos hacer al alumnado reflexionar sobre las conductas que han realizado y que dan lugar a estos comportamientos: peleas, lloros, empujones... Por eso, proponemos dos actividades para trabajarlo:

1.- Las gafas de sentir: que son utilizadas por la maestra y se las coloca cuando en el aula ve una situación que no le gusta. El alumnado al vérselas puestas paran y hablamos de lo ocurrido hasta que se tranquilizan.

2.- El rincón de la Oreja –Boca: es para que acudan los niños en situación de enfado y rabia y puedan dialogar sobre el conflicto que les ha llevado a esa situación.



He conseguido...

Con estas dinámicas conseguimos que nuestros niños controlen sus comportamientos de conflicto.

Son capaces de reflexionar verbalmente las situaciones ocurridas mostrando sus errores y la capacidad de mejora en sus actuaciones.

Otro aspecto importante es que se ponen en el lugar de sus compañeros tomando conciencia de la realidad ocurrida y siendo capaces de aportar ideas para solucionar esas situaciones que a todos nos desagradan y nos hacen sentirnos mal.

He utilizado...

Elaboración con goma eva de la boca y oreja.

Gafas decoradas de plástico con papel celofán de colores.

Esta actividad está diseñada para niños de 4/5 años pero puede ser ampliada, a los niños de 1º y 2º de Educación Primaria.

Pienso...

La inteligencia emocional consiste en percibir, comprender y regular las emociones propias y las de los demás. Daniel Goleman.



Rincón de la calma

Cuando estoy nervioso, puedo ir al rincón de la calma y relajarme.



Conocemos:
Calma

Me planteo...

A través de esta actividad buscamos que nuestro alumnado aprenda a relajarse mostrando una postura corporal relajada y practicando una atención plena: mostrándose tranquilos y pacientes, disfrutando de la emoción de la calma en el presente.

Además conseguimos que en el aula se cree un ambiente cálido, acogedor y seguro.

¿Cómo lo hago?

En el aula tenemos un rincón de la calma reservado a las sesiones de relajación donde nuestros alumnos van a interactuar con sus compañeros con música relajante de fondo. Ellos mismos se realizarán masajes con las manos o usando pelotas de gomaespuma con la finalidad de crear un ambiente en silencio, empezando por la cara y terminando en los pies descalzos.

Una vez relajados por completo el grupo-clase se ponen de pie y antes de llegar a la salida los alumnos que quieran pueden pasar por una zona de relajación que consiste en pisar lentejas. Con esta actividad perciben diferentes texturas con el tacto de los pies lo que da lugar a experimentar una sensación de bienestar que acompaña al momento de tranquilidad recibiendo un placentero masaje en los pies.



He conseguido...



Con esta actividad conseguimos que todos los alumnos tengan un momento de relajación total en el aula, y que su cuerpo y mente estén en calma.

Son capaces de interactuar con sus iguales mejorando su saber estar y respetando el ritmo de sus compañeros. Así, aumentan sus relaciones sociales e interactúan manifestando una actitud pacífica y calmada.

Es importante como docentes que tras una actividad de movimiento, de trabajo intenso que nuestros alumnos aprendan a volver a la calma creando un ambiente propicio para posteriores aprendizajes en el aula.

He utilizado...



Youtube: Música de relajación para niños.
Lentejas.
Rincón de la calma dentro del aula.

Actividad programada para los niños de Educación Infantil pero puede adaptarse a los cursos de Primaria.

Pienso...

*No es el estrés que nos haga caer, es cómo respondemos a las situaciones de estrés. **Wayde Goodell.***



Escribimos un libro

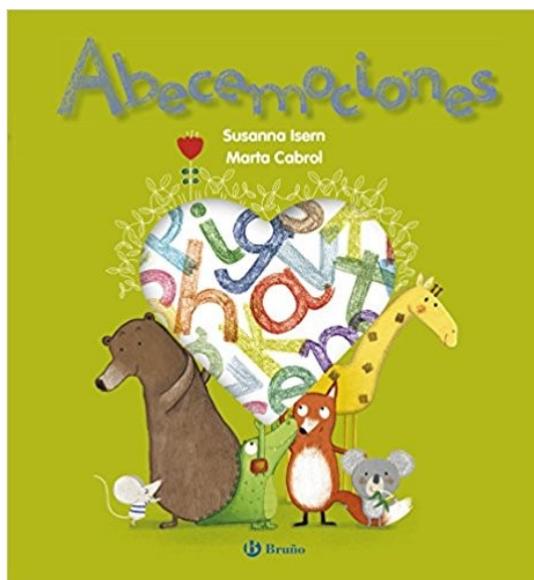
*Papás, mamás, abuelos, tíos...
Todos participamos y nos lo
pasamos genial.*

**Conocemos:
Angustia, soledad
y culpa**

Me planteo...

Con esta actividad queremos que los niños amplíen sus emociones, expresen los sentimientos que recogen cada una de ellas y muestren interés por el aprendizaje de manera dinámica y motivadora.

Además se trabaja la lectoescritura a través de un libro viajero e implicamos a las familias pidiéndoles su colaboración en casa.



¿Cómo lo hago?

Elaboraremos un libro viajero de las emociones que el alumnado se lleva a casa para trabajarlo con las familias. Cada niño trabajará una página del libro y posteriormente la expondrá en la asamblea explicando a sus compañeros sus producciones.

“Abecemociones” nos presenta cada una de las letras del abecedario enmarcadas en una emoción además de contar un bonito cuento. Para trabajarlo empezarán llevándose cada uno una de las letras a casa y les daremos instrucciones a la familia sobre cómo trabajarlo. En primer lugar, los alumnos identificarán la letra y la emoción leyendo con ayuda el título. Posteriormente, leerán el cuento realizando preguntas para integrarlos en el mismo. Para finalizar su trabajo el niño con ayuda del adulto debe expresar cuándo se siente como la emoción que acaban de leer. En clase, a posteriori nos centraremos en trabajar tres emociones: angustia, soledad y culpa.



He conseguido...

A través de esta actividad, ampliaremos el vocabulario de emociones que conocían los niños y desarrollaremos una dinámica de trabajo con las familias.

El alumnado muestra una actitud de escucha y motivación en la realización del libro viajero y, a su vez, de responsabilidad por cuidar el material.

Cada alumno en sus exposiciones orales muestran los resultados de su trabajo logrando una actitud de trabajo y sentimientos de satisfacción positivos por el reconocimiento de sus compañeros y tutores.

He utilizado...

Cuento: " Abecemociones" ,Susana Isern y Marta Carbol, Ed. Bruño.

Elaboración del libro viajero.

CEIP: El " Faro" M^a del Mar Quirel

<http://marquirell.blogspot.com>

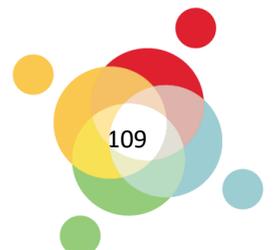
Esta actividad está pensada para niños de cuatro años, pero puede adaptarse a otros cursos.



Pienso...

Todo aprendizaje tiene una base emocional.

Platón.

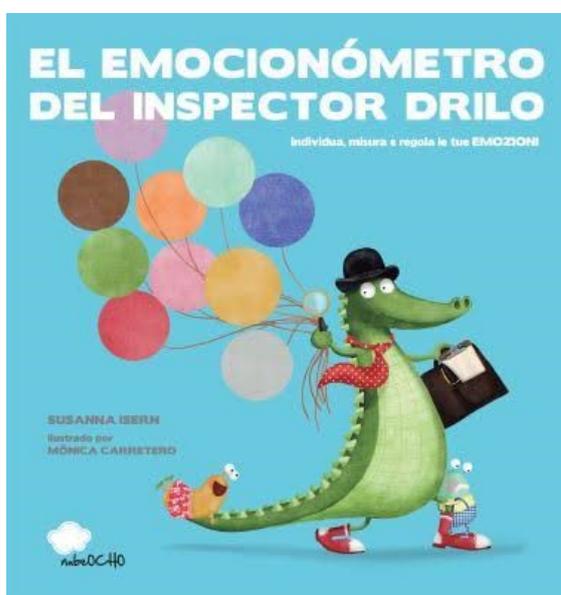


El emociómetro del inspector Drilo

Ojos abiertos, boca abierta, cejas arqueadas... ¡Tú sientes sorpresa!

Conocemos:

Envidia, celos, sorpresa, vergüenza y asco



Me planteo...

Con la lectura de estos cuentos pretendemos que los niños sean capaces de analizar e interpretar diferentes situaciones donde se reflejan las siguientes emociones: envidia, celos, sorpresa, vergüenza, asco... a través del lenguaje corporal, el comportamiento o elementos paralingüísticos.

Además realizamos un trabajo conjunto con los mayores del colegio.

¿Cómo lo hago?

Seleccionamos y adaptamos los cuentos del inspector Drilo que nos interesen, escaneamos y hacemos un PowerPoint para presentarlo al grupo.

Contamos la historia en clase jugando mucho con el lenguaje corporal y los elementos paralingüísticos y al terminar realizamos una lluvia de ideas: entre todos debemos descubrir la emoción que aparece en el relato, sus rasgos más evidentes y las situaciones que la desencadenan. La idea es que los alumnos puedan reconocer todos los elementos que te llevan a sentir una u otra emoción.

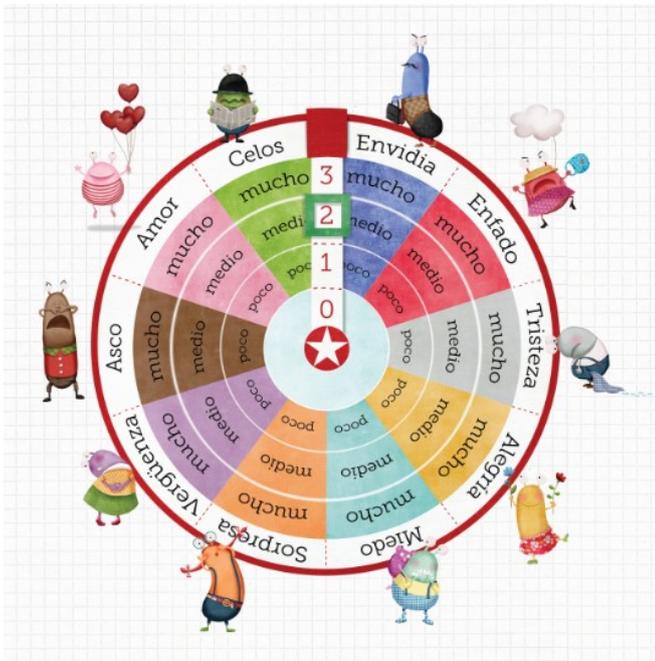
Una vez terminada la lluvia de ideas cotejamos con el análisis pautado del libro. Y terminamos la sesión viendo un pequeño vídeo elaborado por los niños-tutores de sexto del colegio donde vuelve a aparecer la emoción.



He conseguido...

Con la lectura de cada cuento hemos conseguido aprender a contextualizar las emociones seleccionadas. Por consiguiente, comprendemos mejor cada emoción, qué la puede provocar, cuándo ocurre, qué factores pueden influir en su intensidad...

Toda esta información es muy útil para poder reconocer las causas que provocan las emociones en los personajes, como paso previo a la autorregulación y gestión de las mismas.



He utilizado...



<https://www.emocionometro.blogspot.com.es>

Cuento: "El emocionómetro del inspector Drilo",
Susanna Ibern, Ed. Nubeocho.

En primaria este libro no necesita adaptación. Es muy completo.

Pienso...

Las emociones nos ayudan a apreciar a los demás y al mundo que nos rodea.

Davidson y Begley .



Poniendo caras

Descifro emociones fijándome en el lenguaje corporal.



Conocemos:

Envidia, celos, sorpresa, vergüenza y asco

Me planteo...

Con esta actividad pretendemos que los niños sean capaces de identificar e interpretar diferentes emociones (envidia, celos, sorpresa, vergüenza, asco) a través del lenguaje corporal. La observación será la clave de esta actividad.

Por otro lado, pretendemos que imiten y dramaticen las emociones propuestas.

Además trabajamos conjuntamente con los mayores del colegio.

¿Cómo lo hago?

Previamente a la actividad, pedimos colaboración a los tutores de 5º y 6º con el objeto de que nos proporcionen fotos con un primer plano de alumnos representando emociones. También les pedimos un pequeño video donde se reflejen esas emociones.

Seleccionamos una de esas fotos donde quede plasmada la emoción a trabajar y ponemos en marcha la rutina de pensamiento "veo, pienso, me pregunto". Una vez finalizada la rutina, mostramos a los niños una imagen del "Emocionómetro del inspector Drilo" donde se reflejan y comentan las características faciales más relevantes de las emociones citadas anteriormente.

Terminamos la sesión practicando los rasgos faciales estudiados.



He conseguido...

Con la puesta en práctica de esta rutina del pensamiento se ha potenciado la observación minuciosa de los rasgos faciales más relevantes relacionados con las emociones propuestas. Además hemos pensado sobre ellos, los hemos interpretado y nos hemos hecho preguntas a través de una rutina de pensamiento.

Por otro lado, utilizando la mímica y dramatización facial para representar estas emociones los niños interiorizan sus rasgos más expresivos, ayudando a potenciar el autoconocimiento del niño reconociendo estos rasgos en sus propias expresiones.



He utilizado...

Rutina de pensamiento “veo, pienso, me pregunto”, Robert Swartz.

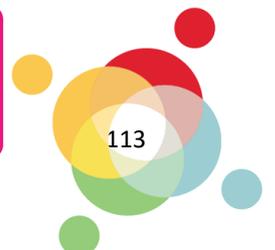
Cuento: “El emocionómetro del inspector Drilo”, Susanna Ibern, Ed. Nubeocho.

Esta actividad se puede realizar tanto en Infantil como en Primaria.

Pienso...

Quien no comprende una mirada tampoco comprenderá una larga explicación.

Proverbio árabe.



Consejos emocionales

Entre todos buscamos soluciones para autorregular nuestras emociones.

Conocemos, empatizamos y gestionamos:

Envidia, celos, sorpresa, vergüenza y asco

Me planteo...

A través de esta actividad pretendemos dotar de herramientas a los niños para que sean capaces de iniciarse en la habilidad para regular sus emociones.

Estas pautas les ayudará a afrontar vivencias con sus compañeros, con el fin de que aumente su bienestar personal y favorezca su socialización e integración.



¿Cómo lo hago?

Tras interpretar el lenguaje corporal de algunas emociones, sus rasgos más significativos y el análisis de la situación que puede provocarla, pasamos a la última fase: aprender a gestionar una emoción. Iniciaremos la sesión recordando las ideas principales del cuento El Emocionómetro del inspector Drilo. A partir de ahí los niños realizarán aportaciones para regular la intensidad de la emoción. Iremos de lo particular a lo general. ¿Cómo podemos ayudar a Foxi a quitarse la pinza de la nariz?, ¿Qué podemos hacer cuando sentimos mucho asco?

Seguidamente compararemos y comentaremos las recetas que aporta El Emocionómetro del inspector Drilo.

Terminada la secuencia con todas las emociones, los niños realizarán un mural de cada emoción dando consejos para la vergüenza, el asco, los celos... Para realizarlo, utilizaremos la estructura de aprendizaje cooperativo, el folio giratorio.

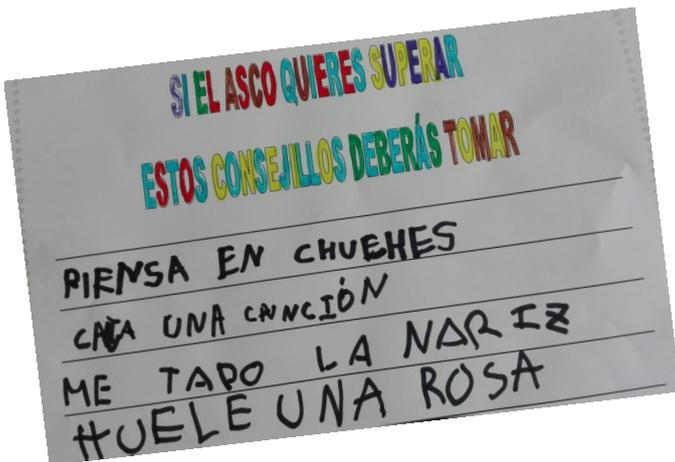


He conseguido...

Con esta actividad conseguimos un buen ambiente de comunicación en el aula donde los niños reflejan su regulación emocional en el aula. Con ello conseguimos que el bienestar personal se refleje en la calidad de sus relaciones.

Además, el hecho de que los niños aprendan a controlar sus emociones, les va a proporcionar una mejora de su autoestima, una mejor adaptación a su entorno y progresar en sus funciones cognitivas.

Por otra parte, favorece su proceso de socialización y empatía, tan importante en estas edades.



He utilizado...

Cuento: “El emocionómetro del inspector Drilo”,
Susanna Ibern, Ed. Nubeocho.

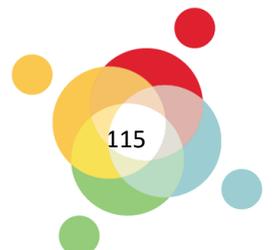
Rutina del folio giratorio.

Esta actividad también
se puede realizar en
Educación Primaria.

Pienso...

Sentir emociones es lo que hace a nuestra vida rica.

Daniel Goleman.



¿Qué sientes al ver...?

Busco, analizo e imagino sentimientos en imágenes reales.

Conocemos, empatizamos y gestionamos:

Envidia, celos, sorpresa, vergüenza y asco

Me planteo...

Con esta actividad pretendemos que los alumnos perciban los sentimientos de las personas a través de los rasgos faciales que muestran determinadas imágenes.

Después queremos que sean capaces de ver en ellos mismos los sentimientos que han observado en los demás.



¿Cómo lo hago?

Esta dinámica tiene diferentes variantes:

- Mostrarles una imagen de la vida real y preguntarles a los alumnos qué ven, qué emoción creen que siente la persona que ven, por qué se sentirá así...
- Después de la actividad anterior profundizamos preguntando los alumnos cuándo se sienten ellos así.
- Igual pero mostrándole un cuadro de un pintor.
- Mostrarles varias imágenes juntas (como las de la página siguiente) y los alumnos tendrá que inventar una historia en la que nombre todas las imágenes.



He conseguido...

A través de esta dinámica los alumnos han aprendido a interpretar los sentimientos de los demás, a ponerse en la piel de los otros y a imaginar como se sentirían ellos si les sucediera lo mismo.

Por último han interpretado imágenes para crear una historia desarrollando con ello la imaginación, atención, expresión oral, etc.



He utilizado...

Imágenes reales, tanto de situaciones de la vida cotidiana, como de cuadros de pintores.

Esta actividad podríamos trabajarla en toda la Educación Primaria.

Pienso...

Mira profundamente en la naturaleza y entonces comprenderás todo mejor.

Albert Einstein.



Agrado y desagrado

¿Chocolate desecho o gel de baño?



**Conocemos:
Sorpresa y asco**

Me planteo...

Trabajar en el aula el tacto, el sabor y las texturas de diferentes materiales y alimentos nos sirve para que nuestros niños prueben, saboreen y experimenten con diferentes materiales, enfrentándose a lo desconocido

El alumnado expresa sus gustos, preferencias y su estado de ánimo en situaciones que pueden darles placer o desagrado.

¿Cómo lo hago?

Se programan dos actividades donde tienen que experimentar con su tacto y gusto:

La caja de las sorpresas: se introducen diferentes objetos con texturas variadas. Los niños introducen la mano y por el tacto tienen que adivinar de qué objeto se trata: algodón, tierra, piedras, cartón, esparto...

Tutti gusti: probamos alimentos con diferentes sabores y opinamos sobre lo que nos gusta si su sabor nos es agradable o no, si nos producen una sensación de desagrado o asco hacia ellos...

Lo importante es que todos los niños manifiesten su opinión y expresen sus sentimientos. Estas actividades son muy participativas y motivadoras por las situaciones diferentes que ocurren en nuestras aulas.



He conseguido...

En este tipo de actividad se consigue que los niños participen con una actitud activa y de motivación ya que el introducir materiales o alimentos extraños produce un alto grado de interés. Además los alumnos tienen que enfrentarse a lo desconocido, lo que genera curiosidad y sorpresa.

Una manera de ampliar la actividad puede ser hacer un libro de recetas o investigar y probar (si es posible) alimentos de otros países y culturas.

Es importante tener en cuenta las posibles alergias y fobias de los alumnos.



He utilizado...

Diferentes materiales para que nuestros niños puedan tocar y probar diferentes texturas y sabores:

Alimentos: lacasitos, azúcar, chocolate puro, limón, miel, sal...

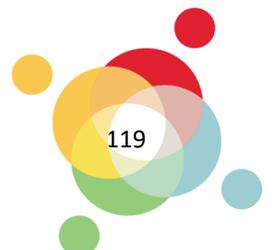
Texturas: algodón, esparto, lija, lana, piedras, cartón, hojas, folios...

Esta actividad es programada para alumnos de Educación Infantil.

Pienso...

La paz viene de dentro, no la busques fuera.

Buda.



Buzón molón y cometimidez

¡Cometimidez se ha zampado mi miedo a hablar en público!

Conocemos y
gestionamos:
Timidez y vergüenza

Me planteo...

En nuestras aulas encontramos niños con una autoestima baja y también alumnos que muestran comportamientos negativos con conductas que marcan un incumplimiento de las normas del aula con constantes llamadas de atención.

Con esta actividad, pretendemos compensar estas deficiencias para mejorar el ambiente del aula y ayudar a los alumnos a superar sus temores.



¿Cómo lo hago?

Estas actividades se plantean para trabajarlas a través de un buzón molón y otro cometimidez colocados en la pared del aula.

La primera actividad desarrollada durante la asamblea es el buzón molón, en la cual el alumno protagonista del día recibirá mensajes positivos de sus compañeros: guapo, alegre, inteligente, amable, agradable, simpático.... Las tarjetas de los mensajes serán colocadas en el buzón para que se vean durante todo el día.

En la actividad de "Cometimidez", los niños escriben mensajes o dibujos de las situaciones que les producen timidez y cómo se sienten y, una vez en asamblea, son expuestos y comentados con sus compañeros para intentar buscar soluciones.



He conseguido...

Los alumnos refuerzan su estado de ánimo y sus expectativas hacia las cosas y tareas consiguiendo una participación más activa y con una motivación y un estado de ánimo positivos.

Además mejoramos notablemente las situaciones de timidez en el alumnado que posee. Esta timidez muchas veces genera gran incapacidad de resolución que los pueden bloquear y dar lugar a una nula participación.

Es una tarea muy compleja que requiere de tiempo, maduración y paciencia en las actuaciones.



He utilizado...

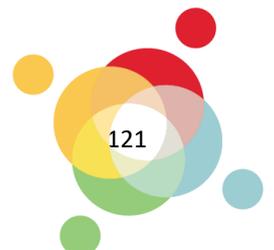
Elaboración de los murales con cartulina y papel continuo.

Tarjetas plastificadas.

Esta actividad esta diseñada para niños de 4/5 años pero puede ser ampliada a los niños de 1º y 2º de Educación Primaria.

Pienso...

Al menos un 80% del éxito de la edad adulta provienen de la inteligencia emocional. Daniel Goleman.



La biblioteca de aula

En clase tenemos muchos libros que hablan de emociones, ¡son geniales!

Conocemos:

Envidia, celos, sorpresa, asco...

Me planteo...

Con esta actividad pretendemos montar un banco de libros para nuestros alumnos relacionados con la Educación emocional usando libros de la Biblioteca del centro, de las familias y del profesorado.

Con éstos recursos se trabajan contenidos de las emociones, también la expresión oral y comprensión oral. Inculcamos al alumnado el respeto y cuidado de los libros y el compartir con sus compañeros.



¿Cómo lo hago?

Desde el momento que en el centro empezamos a trabajar la Educación emocional nuestras aulas se llenaron de libros de las emociones. Pedimos colaboración tanto al centro, como a los alumnos y al profesorado y todos aportaron libros que nos parecían muy interesantes para el aula.

Con ellos diseñamos un rincón de aula denominado “ Biblioteca emocional” en la que podemos encontrar variedad de libros de la alegría, miedo, tristeza, rabia... En él, los niños pueden estar en contacto con los libros en el aula y las maestras enriquecemos las narraciones con diversas actividades complementarias.

Además en cada nivel educativo se introduce un libro como eje conductor de trabajo a lo largo del curso: en tres años, El Monstruo de colores; en cuatro años, Abecemociones y en cinco años, El emociómetro del Inspector Drilo.



He conseguido...

Con esta actividad fomentaremos en nuestro alumnado el interés y el gusto por la lectura y además implicaremos a las familias en un Proyecto de formación en centros de forma motivadora, activa y funcional para los niños.

Por otra parte, esta dinámica nos permite disponer de un gran número de libros en el aula para conseguir unos objetivos de trabajo de forma motivadora que a su vez da lugar a aprendizajes funcionales y significativos.

Además se puede abrir el aula para que las familias nos hagan de cuentacuentos.



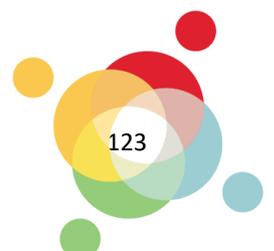
He utilizado...

El Monstruo rosa, Cosquillas para el corazón, El cuento de la cuerda, Las gafas de sentir, Las emociones de Nacho, El emocionario, A todos los monstruos les da miedo la oscuridad, Glad monster, Sad monster, Go away Big green monster,...

Actividad programada para los niños de Educación Infantil pero puede adaptarse a los cursos de Primaria.

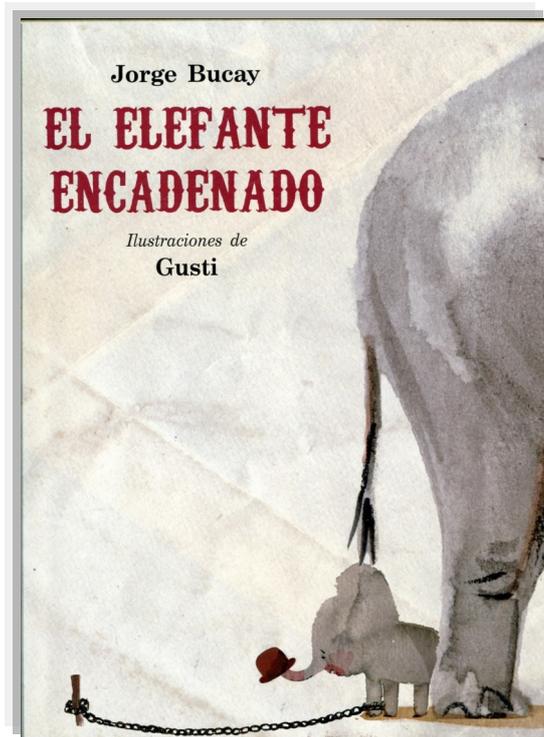
Pienso...

Cambia tu atención y cambiarás tus emociones; cambia tu emoción y tú atención cambiará de lugar. Frederick Dodso.



Nos conocemos

Pobre elefantito... ¿podrá soltar sus cadenas?



Autoestima

Etiquetas sociales

Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos reflexionen sobre los límites que nos establecemos nosotros mismos, la importancia de perseverar en nuestros objetivos.

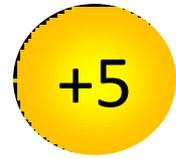
Por otro lado, también hablaremos sobre las etiquetas sociales que también limitan nuestras actividades como personas.

¿Cómo lo hago?

Empezaremos con la lectura del cuento "El elefante encadenado". Durante la misma, se puede poner en práctica la destreza de pensamiento de Toma de decisiones para hablar de qué harían ellos si fueran el elefante.

A continuación realizaremos un debate en movimiento con la pregunta base ¿lo que piensen los demás de mí me define?. En esta actividad el profesor actuará de dinamizador y los alumnos deberán acercarse o alejarse del que habla según estén de acuerdo con lo que dice o no. Esto ayuda a visibilizar las opiniones y los alumnos pueden ver que tienen más en común con algunos compañeros que lo que a simple vista parece.

Para terminar pondremos un vídeo sobre etiquetas sociales en el que se ve que, a pesar de la diferencia, todos tenemos algo en común.



He conseguido...



Con esta actividad los alumnos reflexionan sobre su propia vida, creándose un ambiente muy personal y de complicidad con el docente.

Es importante en este aspecto que acompañemos a los alumnos en la verbalización de sus sentimientos, ya que muchas veces tenderán a reprimir ciertas expresiones cuando éstas les generen malestar. La idea es mostrar al alumno una forma aceptable de expresar la emoción de forma que su autoestima y autoconcepto salga reforzado. Por otra parte, recordar que cada alumno tiene un ritmo diferente, así que debemos ser pacientes y darles espacio.

He utilizado...

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

Corto etiquetas sociales

Cuento: “El elefante encadenado”, Jorge Bucay, Ed. Océano Travesía.

Destreza de pensamiento “Toma de decisiones”, Robert Swartz.

Aunque esta actividad está pensada para los cursos superiores de primaria, puede adaptarse también para los más pequeños.



Pienso...

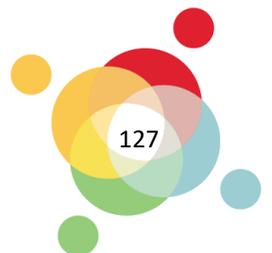
Lo esencial es invisible a los ojos.

El principito, Antoine Saint-Exupéry .





*Me relaciono
y
me expreso*



CEIP Emilío Díaz

Alcañiz, Teruel

ceipedalcaniz@educa.aragon.es

<https://almediodia.wordpress.com/>



Eva Vargas Gimeno



Merche González Muniesa



M^a Carmen Soria Rifaterra

CEIP Villa de Utrillas y EOEIP de Utrillas

Utrillas, Teruel

ceipvilladeutrillas.catedu.es/



Maribel Navarro Beltrán



Elena Rengel Hernando



El CEIP Emilío Díaz, de Alcañiz, es un centro donde conviven a diario más de 600 alumnos y alrededor de 50 maestros. El trabajo en la buena convivencia y la atención a la diversidad y a la inclusión juegan un papel muy importante y como tales, son los aspectos que conducen y orientan

muchas de las actuaciones que se llevan a cabo día a día.

El colegio fomenta el desarrollo de la Competencia lingüística: Biblioteca escolar, apadrinamiento lector, y la Competencia digital: Vitalinux Edu DGA, Edmodo, robótica, además del Programa de Capacidades.

Desde este curso se ha puesto en marcha el Huerto escolar y la Dinamización de patio a la hora del recreo.

El C.E.I.P Villa de Utrillas, apuesta por la línea de Trabajo por Proyectos, dando continuidad al trabajo que ya se realizaba en la Etapa de Infantil. Se sustenta en los ejes de la innovación de la Educación Emocional, el Aprendizaje cooperativo, el uso de las TACs y las inteligencias múltiples.

Otros proyectos el Huerto Escolar, la Radio, HP REVEAL "Turismo en Utrillas" y Gestión de Emociones.

Una de nuestras metas es la mediación escolar por su carácter preventivo y educativo en la resolución de conflictos.

La mediación escolar en nuestro centro, no sustituye al Reglamento de Régimen Interno, tampoco se considera un remedio pero tenemos claro que contribuye a Educar.



Me relaciono y me expreso

Los lenguajes son instrumentos de aprendizaje necesarios para desenvolvernos en el medio que nos rodea, para expresar y comprender los mensajes del entorno social, para construir la identidad personal y relacionarse en ámbitos cada vez más amplios, para expresar y gestionar las emociones, para desarrollar la creatividad e imaginación y para conocer y aprender a respetar la cultura propia y la ajena.

La comunicación desempeña un papel fundamental en las relaciones interpersonales, la interacción entre el individuo y el medio, es el vehículo que permite exteriorizar sus pensamientos y relacionarse con el exterior.

En la etapa de infantil, desde el área de lenguajes y representación se trabaja tanto el lenguaje verbal, haciendo especial hincapié en la faceta de la escucha, el hablar y conversar, además del lenguaje audiovisual y tecnología y la comunicación, el lenguaje artístico y el lenguaje corporal.

Un adecuado desarrollo de esta área desembocará en la adecuada transmisión de información de lo que se percibe, de lo que se expresa, establecer un respeto en cuanto a los turnos de palabra y mostrar las reglas básicas de cortesía con los demás.

Mediante la representación y el lenguaje corporal, se pueden intuir distintas circunstancias en los demás que provocan reacciones acordes a ese lenguaje, ser capaces de leer entre líneas sin tener necesidad que se cuenten las cosas, todo ello favorece el establecimiento de vínculos entre las personas.

No cabe duda que una faceta importantísima en la resolución de conflictos, pasa por el diálogo, un entendimiento, un acercamiento a través de las palabras y la expresión de situaciones y sentimientos generados en cada una de las partes.

Por todo ello, si desde la etapa de infantil, se asientan estas bases y se siguen trabajando a lo largo de la etapa de primaria, estaremos en niños que serán dialogantes, tendrán las herramientas necesarias para resolver de manera pacífica y dialogada los conflictos.

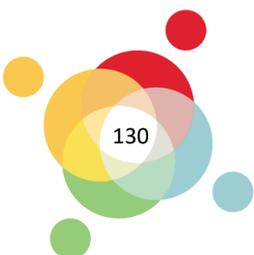


Tabla de contenido

INFANTIL		
1º INF	2º INF	3º INF
Habilidades sociales y comunicativas		
Habilidades Sociales: Responsabilidad, fórmulas de cortesía Resolución de conflictos: diálogo		
Respetar los turnos de palabra <i>Tenemos asamblea</i> Prestar atención cuando se le habla <i>Escucha lo que te cuento</i> Interpretar imágenes <i>Háblame con imágenes</i> Interpretar gestos <i>Sin sonido lo entiendo</i>	Escuchar a sus compañeros <i>Tenemos asamblea</i> Iniciar un diálogo <i>Foto del verano</i> Organizar responsabilidades y tareas <i>Háblame con imágenes</i> Reproducir gestos para comunicar <i>Sin sonido lo entiendo</i>	Participar tras escuchar a los compañeros <i>Tenemos asamblea</i> Mantener un diálogo <i>Entrevista entre iguales</i> Construir frases con imágenes. <i>Háblame con imágenes</i> Comunicar utilizando gestos <i>Sin sonido lo entiendo</i>
Cohesión grupal		
Conocer las características individuales de cada miembro del grupo <i>Comparto mis cosas</i> Respeto <i>Normas de clase (las 4 básicas)</i> <i>Pulguitas azules</i> <i>Ordena, pide, solicita con magia</i> Trabajo por parejas. <i>Arte en parejas</i> <i>Un masaje o te arrastro</i>	Conocer las características individuales de cada miembro del grupo <i>Comparto mis cosas</i> <i>La araña y la pelota.</i> Respeto <i>Normas de clase (las 4 básicas)</i> <i>Pulguitas azules</i> <i>Ordena, pide, solicita con magia</i> Trabajo en equipos <i>Árbol de color</i>	Conocer las características individuales de cada miembro del grupo <i>Comparto mis cosas</i> <i>Diana</i> Respeto <i>Normas de clase (las 4 básicas)</i> <i>Pulguitas azules</i> <i>Ordena, pide, solicita con magia</i> Trabajo en equipo y en gran grupo <i>Cuadrilla de constructores</i>
Normas y resolución de conflictos		
<i>Las reglas del juego</i> <i>El rincón</i>		

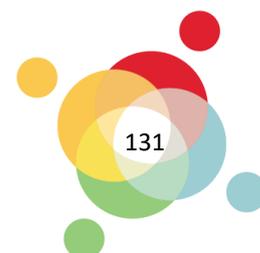


Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
La araña y la pelota	Cohesión de grupo	3-6		
Comparto mis cosas	Cohesión de grupo	3-6		
Las pulguitas azules	Cohesión de grupo	3-6		
Arte en parejas	Cohesión de grupo	3-6		
Un masaje o te arrastro	Cohesión de grupo	3-6		

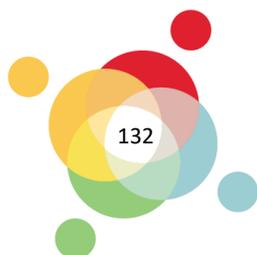


Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Árbol de color	Cohesión de grupo	3-6		
Diana	Cohesión de grupo	+3		
Tenemos asamblea	Habilidades sociales y comunicativas	+3		
Escucha lo que te cuento	Habilidades sociales y comunicativas	+0		
Ordena, pide, solicita con magia	Habilidades sociales y comunicativas	+3		

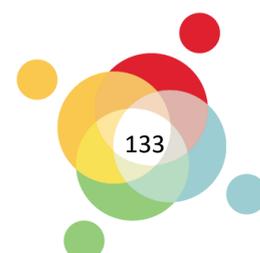


Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Háblame con imágenes	Habilidades sociales y comunicativas	3-6	 	
Sin sonido lo entiendo	Habilidades sociales y comunicativas	3-6	 	
Foto del verano	Habilidades sociales y comunicativas	+3	 	
Entrevista entre iguales	Habilidades sociales y comunicativas	+3	 	

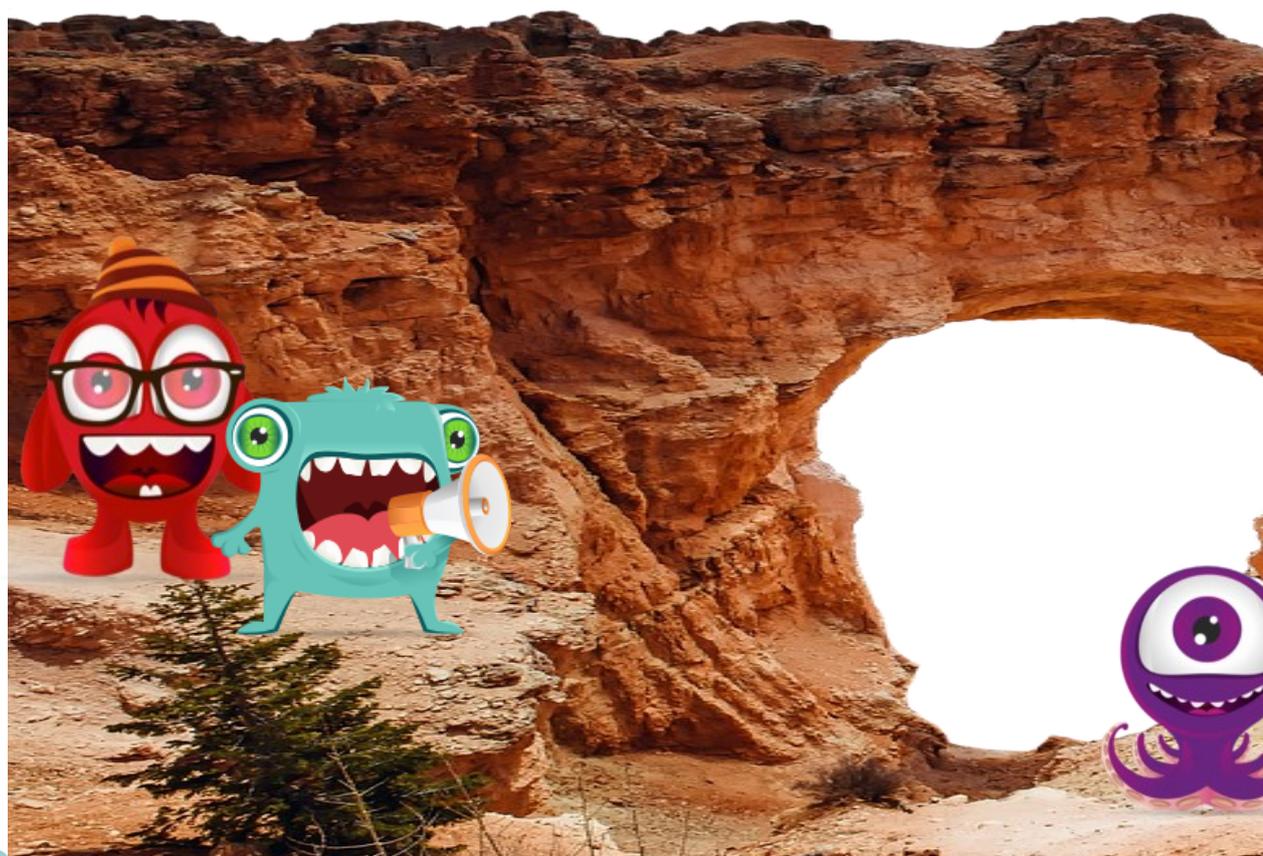


Tabla de actividades

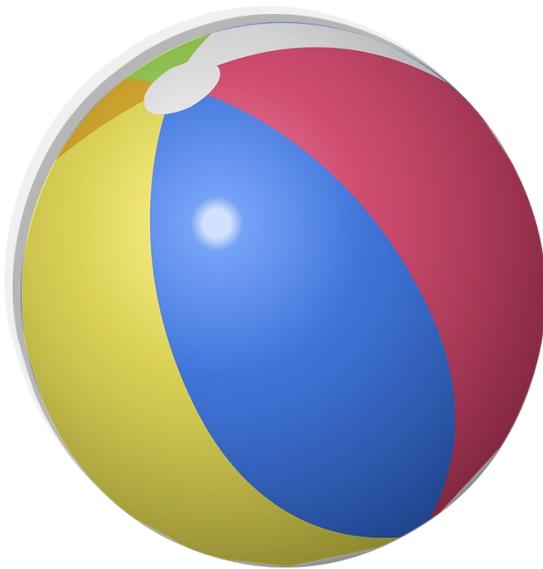
Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Cuadrilla de constructores	Cohesión de grupo	3-6		
Las reglas del juego	Normas de clase	+3		
El rincón	Resolución de conflictos	+3		



La araña y la pelota

¡Cómo nos hemos enredado!

Cohesión de grupo



Me planteo...

Con esta actividad pretendemos favorecer la interrelación y el conocimiento mutuo entre los alumnos.

Utilizaremos dos recursos diferentes para un mismo objetivo: la cohesión grupal del alumnado y la mejora de la confianza entre ellos.

¿Cómo lo hago?

Colocados en círculo cada niño dice el nombre de otro y después le lanza la pelota o el ovillo de lana. Al lanzárselo decimos algo que nos gusta de él o ella. Por ejemplo: Pedro es mi amigo porque es muy simpático.

Empezará la maestra con aquellos alumnos que sabemos les cuesta más integrarse. Nos colocaremos de pie y a medida que nos van pasando la pelota nos vamos sentando para que al final todos los niños hayan sido nombrados. En el caso del ovillo de lana cuando lo lanzamos nos hemos de acordar de sujetar la punta que nos ha tocado a nosotros y de esta forma crearemos una gran tela de araña. Para desenredarla podemos relanzársela al compañero que nos lo ha enviado y devolverle el piropo.

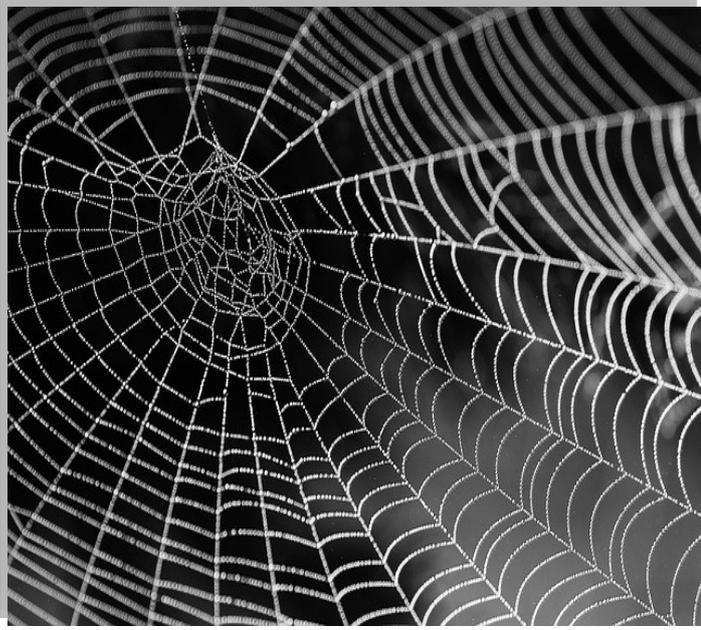


3-6

He conseguido...

Esta actividad puede utilizarse para muchos objetivos por ejemplo: que todos los niños conozcan los nombres de todos, sus gustos, sus aficiones...

De esta forma también conseguimos que se sientan valorados y escuchados por el resto de sus compañeros, incrementando el sentimiento de grupo y confianza entre ellos.



He utilizado...

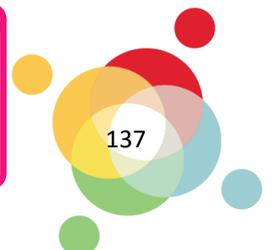
Una pelota pequeña y blanda.

Un ovillo de lana.

Esta actividad se puede realizar también con los alumnos de Primaria.

Pienso...

Yo hago lo que tú no puedes, y tú haces lo que yo no puedo. Juntos podemos hacer grandes cosas. Madre Teresa de Calcuta.



Comparto mis cosas

Todos tenemos un día especial al menos una vez al mes cuando nos toca ser el encargado de la clase.



Cohesión de grupo

Me planteo...

A través de esta actividad buscamos que cada alumno tenga un momento de expresión en el aula y que se sientan protagonistas de la clase. Por otra parte fomentamos el conocimiento mutuo y la interrelación entre los alumnos.

Además buscamos involucrar a las familias en la vida cotidiana del aula.

¿Cómo lo hago?

Elegimos un objeto que sólo podrá llevar el encargado de la clase: una estrella, una medalla... Cada día y por orden de lista uno de los niños será el encargado. Realizará algunas de las actividades en la asamblea como pasar lista, calendario,...y además la actividad propia de cada mes del encargado que irá relacionada o no con el proyecto trabajado como:

- Mi cuento favorito
- Mi actividad favorita
- Mi familia...

El encargado prepara la actividad en casa con su familia y el día que le toca ser encargado les cuenta a sus compañeros sobre el tema tratado.



He conseguido...

Con esta actividad conseguimos que todos los niños conozcan cosas de los otros, que todos los alumnos se sientan importantes y además involucramos a las familias en la vida del aula. Podríamos incluso invitarlas para que hicieran la presentación con ellos.

Por otra parte los alumnos deberán hablar en público, ser escuchados y escuchar a los demás, lo que potenciará su expresión oral.

He utilizado...

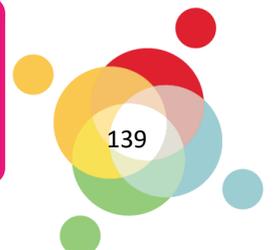
Una medalla en forma de estrella que pone encargado.

Notas informativas a las familias sobre la actividad a realizar.

Esta actividad está pensada para los más pequeños, pero podría adaptarse a los mayores.

Pienso...

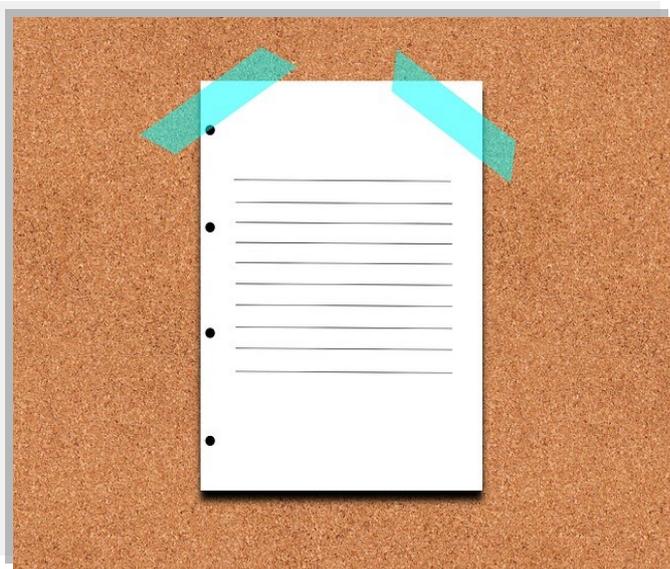
*Nunca consideres el estudio como una obligación, sino como una oportunidad para penetrar en el bello y maravilloso mundo del saber. **Albert Einstein.***



Pulguitas Azules

Ponemos las normas entre todos para que sea más fácil cumplirlas.

Cohesión de grupo



Me planteo...

Una de las mejores formas de fomentar la cohesión grupal es tener un nombre y unas normas que nos marquen el camino a seguir como grupo.

A través de esta actividad pretendemos favorecer la interrelación entre los alumnos y mejorar el clima de la clase, partiendo de las ideas de los alumnos.

¿Cómo lo hago?

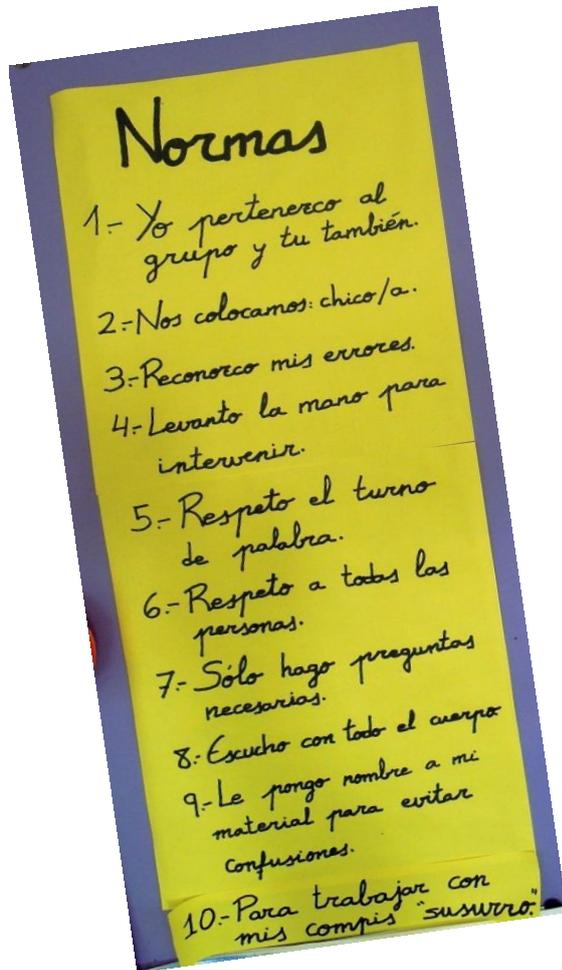
Entre todos buscamos un nombre para nuestra clase. Puede ser como queramos: relacionado con el proyecto trabajado, un color, un animal... Por ejemplo: una clase de tres años el color asignado es el azul. Proyecto los animales: ¿qué animal nos identifica? Somos pequeños, movidos... Pulguitas Azules

Cada niño piensa una norma que podría mejorar el clima de la clase, intentando siempre que sean reglas en positivo. Luego en parejas se comenta la norma que cada uno ha puesto y después en equipo de cuatro.

En gran grupo cada equipo va diciendo las normas que han pensando. Se consensuan entre todos y por último, se escriben y se decora el cartel colocándolo en un lugar visible de la clase.



3-6



Normas

- 1.- Yo pertenezco al grupo y tu también.
- 2.- Nos colocamos: chico/a.
- 3.- Reconozco mis errores.
- 4.- Levanto la mano para intervenir.
- 5.- Respeto el turno de palabra.
- 6.- Respeto a todas las personas.
- 7.- Sólo hago preguntas necesarias.
- 8.- Escucho con todo el cuerpo.
- 9.- Le pongo nombre a mi material para evitar confusiones.
- 10.- Para trabajar con mis compis "susurro".

He conseguido...

A través de esta actividad hemos conseguido mejorar el clima de la clase. El hecho de que todos conozcan las normas y hayan participado en su elaboración hace que las interpreten como suyas, por lo que los conflictos son menos dados a producirse.

Para que esta actividad sea más significativa hay que establecer las normas cuando las clases ya llevan días desarrollándose, de esta forma verán que es lo que tenemos que mejorar y ya tendrán cierto grado de confianza entre ellos como para poder dialogar y debatir.

He utilizado...

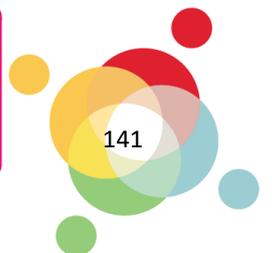
Folios, lápices, cartulina, rotuladores.

Esta actividad está pensada para los más pequeños, pero también se puede utilizar en equipos cooperativos de Primaria.

Pienso...

La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo.

Nelson Mandela.



Arte en parejas

Nos iniciamos en el aprendizaje colaborativo.

Cohesión de grupo

Me planteo...

A través de esta actividad buscamos favorecer la interrelación, la colaboración e iniciar la dinámica del trabajo en equipo a través de la creación artística y fomentando la creatividad de los más pequeños.

Buscaremos también la reflexión de los niños acerca de la importancia de contar con ayuda para determinadas actividades.

¿Cómo lo hago?

Como actividades creativas y colaborativas proponemos estas posibilidades:

MANITAS: En parejas dibujamos la manita del compañero. Después las picamos o las recortamos y las colocamos adornando el Pez Arcoiris (libro que trata sobre la gratitud y la generosidad) o el mural que hayamos planteado.

PUZZLE: Se reparte la mitad de un personaje o de un dibujo en A3, se colorea de forma individual. Después buscamos la otra mitad y completamos el puzzle.

CANICAS Y PINTURA: Colocamos en un contenedor un folio, entre dos personas sujetamos el contenedor, vamos introduciendo las canicas impregnadas con diferentes colores. Vamos moviendo el contenedor en un vaivén y el resultado es un cuadro abstracto. Al secarse se divide en dos y cada uno se lleva su parte a casa.



3-6



He conseguido...

A través de estas dinámicas o cualquier otra que se nos ocurra podemos inculcar a los niños la importancia de compartir los materiales, así como del trabajo en equipo. Aquí la idea de que el todo es más que la suma de las partes, se puede visualizar en el mural realizado con las manos por ejemplo. Es esencial que los alumnos adquieran esta forma de trabajo cuanto antes para desarrollar una inteligencia interpersonal y unas habilidades sociales plenas.

Además no podemos olvidar el disfrute y la creatividad desarrollada en la elaboración de una obra artística .

He utilizado...

Papel charol, canicas, témperas, A3 Y pinturas.
Para activar aún más la creatividad podemos poner música ambiental.

Esta actividad se puede realizar también con los alumnos de Primaria.

Pienso...

El aprendizaje nunca cansa a la mente.

Leonardo Da Vinci.

Un masaje o te arrastro

¡Ayúdame a relajarme!

Cohesión de grupo



Me planteo...

Con esta actividad buscamos favorecer la interrelación de los alumnos de una forma controlada y supervisada por el maestro y valorar la ayuda de los demás como algo gratificante y necesario para llevar a cabo nuestros objetivos.

Además nos permite relajarnos después de una actividad más exigente.

¿Cómo lo hago?

Estas actividades son algunos ejemplos que podemos llevar a cabo en clase de forma aleatoria cuando la situación lo requiera.

MASAJES: Podemos hacerlos sentados y entonces nos colocamos en parejas formando un círculo entre todas las parejas. Hacemos masajes al compañero de delante siguiendo una música o la voz de la maestra.

Otras variaciones son masajes por parejas uno tumbado y el otro de rodillas junto al primero, masajes faciales, visualizaciones, etc.

ARRASTRE: Un alumno se tumba sobre una sábana mientras otros lo arrastran por todo el espacio al son de una música relajante.



He conseguido...

Estas dinámicas pueden llevarse a cabo cuando el ambiente del aula lo exija, bien porque están alborotados, agotados o tras una actividad exigente. Con ellas conseguimos principalmente tres cosas: que los alumnos se relajen, que se sientan importantes y necesarios dentro del aula y que valoren al otro como ayudante.

Por otra parte debemos tener en cuenta que no a todos los niños les gusta el contacto físico. Si esto ocurre podemos dar la opción de dar los masajes con guantes de plástico, con pelotas, etc. o masajes de energía (colocando la mano encima de las zonas corporales pero sin tocar) .

He utilizado...

Música relajante. Cuentos o historias. Sábanas. Plumas, pelotas...

Música Ami Tomake

<https://www.youtube.com/watch?v=TKCAdZ3ofRI>

Música Yiruma

<https://www.youtube.com/watch?v=8Z5EjAmZS1o>

Esta actividad se puede realizar también con los alumnos de Primaria.



Pienso...

Estudia no para saber una cosa más, sino para saberla mejor.

Séneca.



Árbol de color

Creamos entre todos y es mejor que si lo hago solo.

Cohesión de grupo

Me planteo...

Al igual que con la actividad anterior, con esta dinámica buscamos favorecer la interrelación de los alumnos de la clase a la vez que aprenden a valorar el trabajo en equipo para crear una obra artística.



¿Cómo lo hago?

Primero pedimos a los alumnos que traigan folletos, revistas, lanas u objetos reciclables de sus casas (telas, tetrabrik...). Después en el aula colocamos a los alumnos por grupos de unos 4 o 5 alumnos. Cada equipo elegirá un color por consenso para realizar su mural, en este caso la silueta del árbol. Los miembros de los grupos clasifican los objetos y los materiales que han traído de sus casas por el color elegido. A continuación, pondremos pegamento en el árbol e irán colocando los materiales aleatoriamente.

Con todos los árboles de la clase y con los del resto de las clases formaremos un bosque que se exhibirá en el pasillo del centro.

Una variante puede ser que cada equipo elija una forma que rellenar no necesariamente un árbol, luego con todas las formas hacer un paisaje.



3-6

He conseguido...

A través de esta actividad, los alumnos aprenden a trabajar en equipo y además sentamos las bases para debatir un tema, argumentando y escuchando la opinión de los compañeros para poder llegar a acuerdos. Es importante que los acompañemos en este proceso y que procuremos este debate antes de que tengamos que elegirlo a sorteo.

Por otra parte desarrollaremos su creatividad y trabajaremos la clasificación de colores.



He utilizado...

Diferentes materiales de diversos colores: papeles, telas, tapones,...

Pegamento, tijeras y papel.

Esta actividad es especialmente significativa en infantil, aunque se puede aumentar su complejidad.

Pienso...

Enseñar es aprender dos veces.

Joseph Joubert.



Diana

¡Hemos dado en la diana juntos!

Cohesión de grupo

Me planteo...

Esta actividad está planteada para realizarla como inicio en los equipos de aprendizaje cooperativo. Con ella pretendemos que los alumnos lleguen a conocer más a sus compañeros de equipo, favorecer la interrelación y el conocimiento mutuo.

Además puede servir para la elección del nombre, el logo o los objetivos del equipo.



¿Cómo lo hago?

Primero, repartimos un folio con una diana. La diana tiene que tener tantas partes como miembros del equipo y uno más que será utilizado por el equipo en general. Con esta técnica podemos buscar el nombre del equipo, el logo, conocer las aficiones de los demás...

Por ejemplo para un equipo de cuatro pondríamos cinco partes en la diana. En uno ponemos el nombre del miembro del equipo, la cara que representa como se siente, su color favorito o su animal o su cuento... Entre todos ponemos nuestro nombre al equipo consensuándolo. Cuando un equipo haya completado su ficha podremos decirles: "Hemos dado en la diana llegando a un acuerdo". Luego podemos pedirles que inventen o elijan un sonido para realizar cada vez que "den en la diana".



He conseguido...

A través de esta actividad conseguimos que los alumnos de un equipo de trabajo empiecen a dialogar y debatir entre ellos, que es esencial para el resto de tareas que se les encomendarán.

Por otra parte, los miembros empiezan a conocerse entre ellos y a generar un clima de confianza y camaradería.

He utilizado...

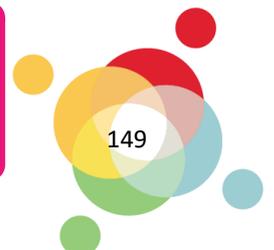
Folios y lápices o rotuladores.

Esta actividad se puede realizar también con los alumnos de Primaria.

Pienso...

La educación es el vestido de gala para asistir a la fiesta de la vida.

Miguel Rojas.



Tenemos asamblea

Aquí todos tenemos nuestro lugar y somos escuchados.

**Habilidades
sociales y comunicativas**



Me planteo...

A través de esta actividad que se realizará diariamente en la escuela buscamos que los alumnos aprendan a respetar el turno de palabra y a hablar y escuchar con y a los compañeros.

¿Cómo lo hago?

Para esta actividad, la posición más aconsejable es colocarnos en círculo, maestro incluido ya que esta posición favorece la comunicación entre todos los miembros.

La podemos realizar en varios momentos. Por ejemplo, por la mañana nos saludamos, cantamos la canción de bienvenida y comenzamos la asamblea donde podemos pasar lista, hacer una ronda de cumplidos, poner el día en el calendario... Puede haber un protagonista que dirija un poco las actividades o ser el maestro el que lo haga. También puede ser un momento en el que cada uno cuenta algo que quiere compartir con el resto o puede servir de punto de partida para tratar un tema concreto. Al finalizar la ronda se les puede preguntar por lo que ha dicho un compañero para ver si han estado escuchando o no.

Otro momento muy interesante para realizarla es después del recreo. En esta asamblea podemos detectar situaciones como si un niño siempre juega solo, si se han enfadado resolverlo, cuáles son los juegos más valorados...



He conseguido...

Esta dinámica de trabajo tan utilizada en la etapa infantil es esencial para que los alumnos pierdan el miedo a hablar en público, que sean capaces de contar cosas y a escuchar a sus compañeros. En definitiva, que desarrollen sus habilidades de expresión oral y escucha activa.

Por otra parte, es una fuente de información casi infinita para el docente que puede conocer profundamente a sus alumnos y detectar cualquier dificultad.



He utilizado...

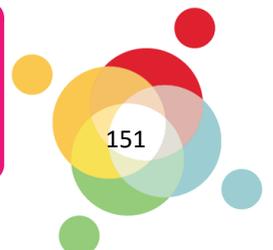
Para dinamizar la actividad se pueden utilizar algunos objetos relacionados con la temática trabajada u objetos personales que hayan traído para enseñar a los compañeros.

Aunque es una actividad típica de infantil es muy interesante realizarla también en Primaria.

Pienso...

La mente una vez iluminada no puede volverse de nuevo oscura.

Thomas Paine.



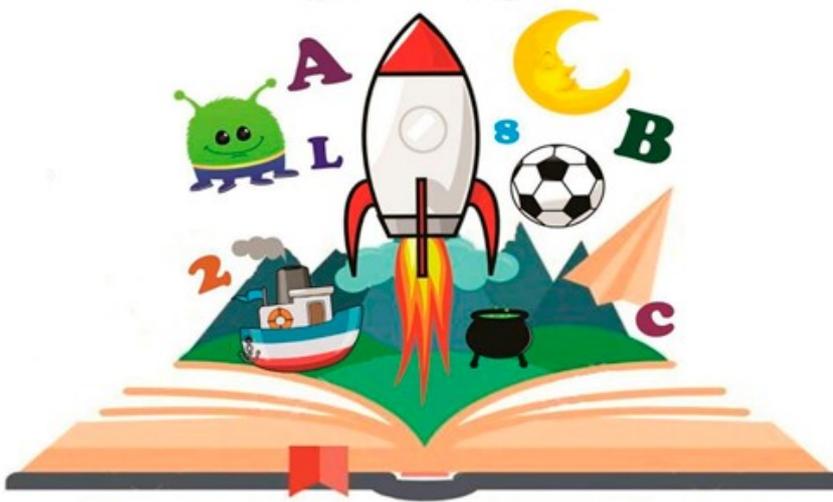
Escucha lo que te cuento

¡Disfrutamos escuchando historias!

**Habilidades
sociales y comunicativas**

Me planteo...

Con la actividad de cuentacuentos pretendemos favorecer la escucha activa de los alumnos que se ven inmersos en un mundo de fantasía. Además podemos hacerles participar durante el cuento si son cantados o dramatizados o a través de preguntas de comprensión al finalizar.

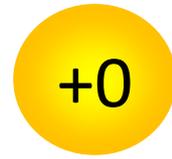


¿Cómo lo hago?

La mejor posición para realizar el cuentacuentos es en círculo o con los alumnos frente al narrador. Según la edad puede ser leído o contado. Sea cual sea el caso, el texto debe haber sido preparado de antemano, sabiendo cuál es la trama, los personajes que aparecen, el clímax de la historia... De esta forma podremos jugar mucho más con los elementos paralingüísticos, el lenguaje no verbal, crear expectación en un momento dado...

La elección del texto es crucial ya que de ella depende el éxito de la actividad. La finalidad del mismo puede ser favorecer y desarrollar las habilidades comunicativas pero también dependiendo del cuento puede favorecerse el desarrollo de las habilidades sociales, o puede simplemente, leerse o contarse como disfrute.

Es bueno intercalar distintas formas de mostrar un texto: con soporte visual a través del libro, sin soporte visual, medio digital, marionetas...



He conseguido...

A través de la lectura de textos conseguimos desarrollar la escucha activa por parte de los alumnos, el respeto del turno de palabra, pero sobre todo el disfrute de los relatos.

Con respecto a esto, se puede apuntar de que la actividad de cuenta cuentos no tiene porqué ceñirse únicamente al cuento sino que se puede jugar también con poesías, adivinanzas, teatro, marionetas...

He utilizado...



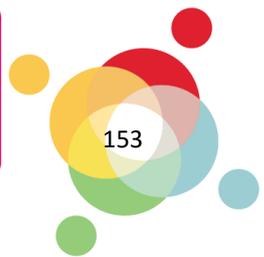
<http://sonandocuentos.blogspot.com.es>
<http://revistababar.com>
<http://www.lamardeletras.com>

Los niños y mayores de todas las edades disfrutan con un cuentacuentos; sólo hay que elegir bien el texto.



Pienso...

Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo.
Benjamin Franklin.



Ordena, pide, solicita con magia.

Tengo unas palabras mágicas que, junto con mi sonrisa, siempre me abren puertas.

**Habilidades
sociales y comunicativas**

Me planteo...

A través de esta actividad pretendemos que los alumnos presten atención cuando se les habla, que entiendan y ejecuten órdenes sencillas y que pidan a alguien que realice una acción de una forma adecuada. Para ello introduciremos las normas de cortesía más comunes a lo largo de los diferentes cursos.



¿Cómo lo hago?

Esta actividad se desarrollará a lo largo de toda la etapa de segundo ciclo de infantil, introduciendo nuestras palabras mágicas de una manera gradual. Las palabras mágicas estarán siempre expuestas en un mural en clase para poder recurrir a ellas cuando sea necesario.

En 1º de infantil la maestra indica una orden a realizar y el niño nombrado la ejecuta. Una sola orden clara y directa utilizando por favor y gracias.

En 2º de infantil uno de los niños manda al resto realizar una acción. Utilizando las palabras mágicas: por favor y gracias. "Por favor chicos, nos ponemos de pie". Gracias.

En 3º de infantil las instrucciones pueden ir encadenadas. Dos órdenes a la vez. Sin olvidar las palabras mágicas. "Por favor, ¿me dejas tu lápiz y me das un abrazo? Gracias.



He conseguido...

Teniendo las palabras mágicas a la vista hemos conseguido tratarnos con educación y cortesía y que los alumnos se acostumbren a utilizar estas palabras mágicas.

Además, a través de su uso conseguimos que escuchen atentos cuando se les habla y solicita algo.

Por otra parte, nos permite detectar a aquellos alumnos que tienen problemas de comprensión.

He utilizado...

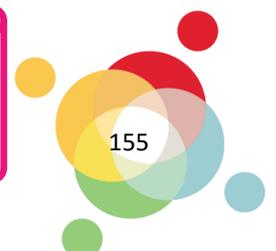
Cartulina, pegamento y plastificadora para elaborar cartel de las palabras mágicas.

Las palabras mágicas deben utilizarse en todas las edades.

Pienso...

La educación es la llave maestra que abre todas las puertas.

Anónimo.



Háblame con imágenes

Con estos dibujos ya sé lo que tengo que hacer.

**Habilidades
sociales y comunicativas**



Me planteo...

Con esta herramienta buscamos otra forma de comunicarnos. El método de ARASAAC nos permite crear nuestro propio código de imágenes con el que identificar acciones, palabras e incluso emociones.

Es especialmente útil con los alumnos que pueden tener alguna alteración del lenguaje.

¿Cómo lo hago?

Utilizaremos este material desde 1º de infantil para introducir a los alumnos en la lectura de imágenes durante la asamblea. Será un apoyo extra cuando organicemos las responsabilidades y las tareas a realizar un día concreto.

Se pueden utilizar diferentes métodos pero uno de los más completos, disponible en red y libre son los pictogramas creados por ARASAAC. Se pueden utilizar sus tarjetas o combinarlas por ejemplo con las fotos de los alumnos y/o objetos de revistas. Por ejemplo: Pedro bebe agua. Pedro (foto del niño), bebe (tarjeta ARASAAC) y agua (recorte de un folleto). Esta opción nos ayuda a crear nuestro propio código. Otras opciones pueden ser emoticonos, stickers, tarjetas digitales, dibujos creados por los niños y todo lo que se nos ocurra.

Además de servirnos para organizarnos, a los niños les ayuda a estructurar y coger el mecanismo de la lectoescritura, el orden de las palabras...



3-6



He conseguido...

Con esta herramienta conseguimos que los alumnos adquieran otro código de comunicación no verbal permitiéndoles reconocer sentimientos y expresarse a través de imágenes.

En una sociedad tan visual como la actual, la comunicación a través de pictogramas se convierte en una vía de disfrute creando y comunicando a los demás.

He utilizado...

Tarjetas ARASAAC (www.arasaac.org), fotos de alumnos, folletos de supermercado, fotografías diversas.



Esta actividad es interesante en cualquier edad pero especialmente con los alumnos con alteraciones del lenguaje.

Pienso...

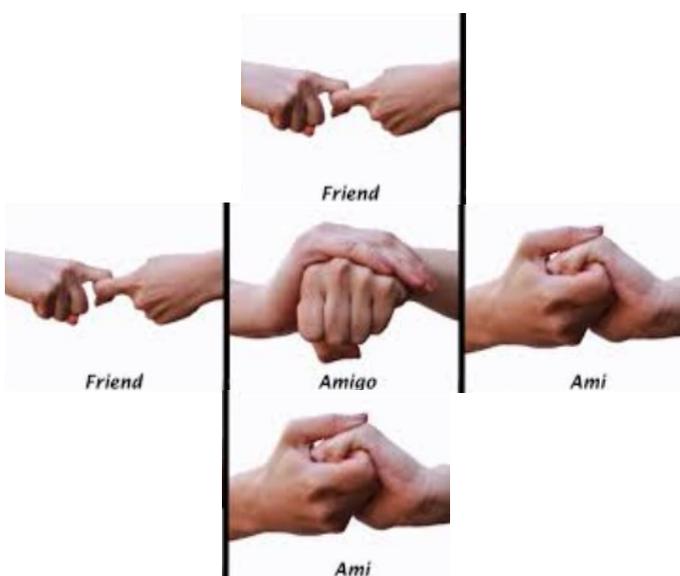
La educación ayuda a la persona a aprender a ser lo que es capaz de ser.

Hesíodo.

Sin sonido lo entiendo

No te oigo pero te veo y así te entiendo.

**Habilidades
sociales y comunicativas**



Me planteo...

Con estas actividades pretendemos que los alumnos sean capaces de interpretar los gestos de los otros y a su vez transmitir un mensaje utilizando los gestos.

Con ello desarrollaremos su lenguaje no verbal y lo potenciaremos como medio de información esencial sobre las personas.

¿Cómo lo hago?

Estas actividades nos pueden servir para introducir el lenguaje de signos, bimodal (son gestos que obedecen a un lenguaje) o simplemente para trabajar el lenguaje no verbal con los alumnos.

Algunos ejemplos pueden ser: en asamblea, mostramos a un alumno una tarjeta con un gesto, lo realiza a sus compañeros y estos tienen que decir que significa; también podemos crear nuestros gestos y realizar un diccionario como el de la foto de la derecha pero utilizando nuestro propio código; hacer un cuento dramatizado en el que tengan que ir haciendo lo que les indica el personaje; o darles por ejemplo la foto de un exprimidor y tener que decir lo que tiene entre las manos a través de gestos.

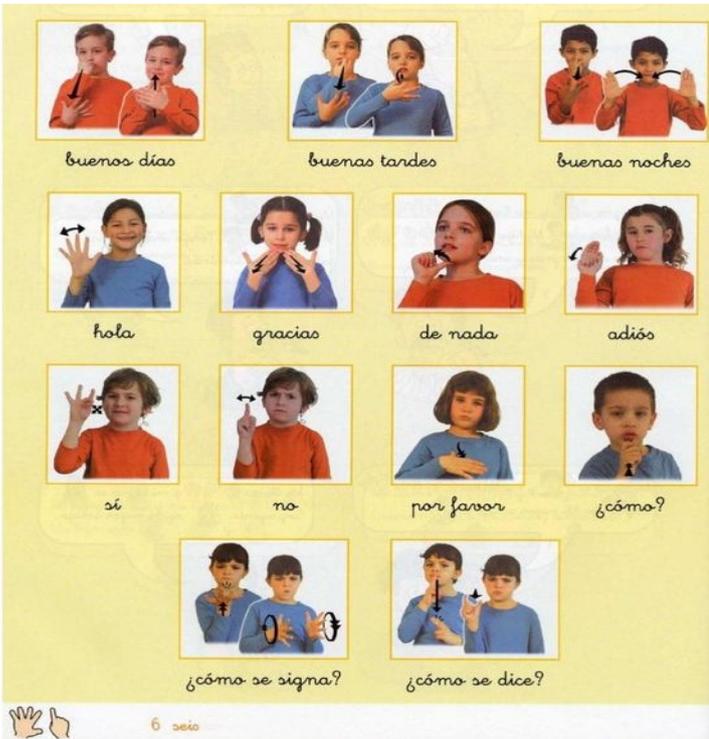


3-6

He conseguido...

A través de esta actividad acercamos a los alumnos otro medio de comunicación. Es especialmente interesante para aquellos que tienen alguna dificultad de pronunciación o más tímidos ya que les proporcionamos otra vía para expresarse, van cogiendo confianza y se comunican antes con el resto. Además estas actividades suelen tener gran aceptación por parte de los alumnos.

Como ampliación la escuela se podría poner en contacto con alguna asociación de sordos para hacer actividades de introducción al lenguaje de signos.



He utilizado...

Pantomima: juego de mímica.

Juego de mímica, Falomir.

Esta actividad es interesante para cualquier edad pero especialmente con niños con problemas de lenguaje.

Pienso...

La enseñanza que deja huella no es la que se hace de cabeza a cabeza, sino de corazón a corazón. Howard G. Hendricks.

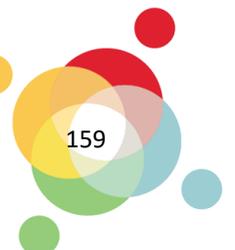


Foto del verano

Recuerdos del verano nos evocan diversión.

**Habilidades
sociales y comunicativas**

Me planteo...

Con esta actividad pretendemos favorecer el desarrollo del lenguaje oral especialmente la expresión delante de otros y la escucha activa respetando a los compañeros

Por otra parte, también fomentaremos el espíritu de grupo a través del conocimiento de los compañeros.



¿Cómo lo hago?

A final de curso pedimos a las familias que preparen una foto de la familia realizando una actividad durante el verano. Al volver al colegio y durante el mes de septiembre cada niño nos contará lo que ha hecho en verano. Describirá la fotografía con el mayor detalle posible. Los maestros podemos ayudarle haciéndoles preguntas del tipo: ¿Con quién estás?, ¿Dónde estáis?, ¿Que hacíais?, ¿Cómo te sentías?... Con todas las fotos realizaremos un mural en clase para tenerlo de recuerdo. Si queremos ampliar la actividad podemos preguntar a los niños si recuerdan dónde estuvo por ejemplo María durante sus vacaciones, cómo se sentía...

Esta actividad puede realizarse utilizando cualquier tipo de foto, previo aviso a las familias para que todos los niños puedan traer una. También podría hacerse formato digital y realizar un PowerPoint con todas las fotos de nuestras vacaciones.



+3



He conseguido...

Con esta dinámica los alumnos nos cuentan cosas personales creándose un momento donde son protagonistas. En él, se expresan y transmiten información a sus compañeros, permitiéndoles un mayor conocimiento entre ellos y favoreciendo las relaciones personales.

Es importante que acompañemos a los alumnos en su exposición, especialmente a aquellos más tímidos y que favorezcamos los comentarios y aportaciones que pueden hacer el resto de compañeros.

He utilizado...

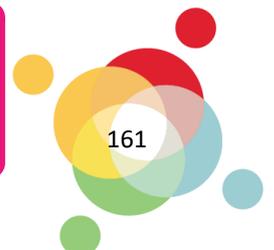
Papel continuo , pegamento, fotografías.

Las exposiciones orales son necesarias a cualquier edad.

Pienso...

Siempre que enseñes, enseña a la vez a dudar de lo que enseñas.

José Ortega y Gasset.



Entrevista entre iguales

Entrevístate, luego lo haré yo.



**Habilidades
sociales y comunicativas**

Me planteo...

Con esta actividad pretendemos desarrollar dos aspectos principalmente: la capacidad de formular preguntas interesantes y dar respuestas coherentes para conocer mejor a los compañeros.

Para que esto sea posible, tendremos que desarrollar una escucha activa y saber seleccionar bien la información que queremos dar y la que queremos que nos transmitan.

¿Cómo lo hago?

Pensamos con los alumnos que nos gustaría saber de los demás compañeros: sus aficiones, su comida preferida, su número favorito, cómo es su familia... Podemos realizar una pequeña tabla para recoger la información.

En la actividad cada pareja desempeñará los dos papeles. En una ocasión el niño o la niña hará de entrevistador y en la otra de entrevistado. Otra variedad es realizar una rueda de prensa, un alumno es el entrevistado y los demás los periodistas que han de guardar turno de palabra y formular la pregunta adecuadamente.

Se prepara un cartón grande, decorado para que simule una televisión. Los alumnos, micrófono en mano, se colocan detrás. El entrevistador va preguntando al entrevistado. Para finalizar se puede escribir y tener recopiladas todas las entrevistas realizadas.



He conseguido...

A través de esta actividad hemos trabajado el ser capaces de respetar los turnos de palabra y el ser coherentes en sus preguntas y respuestas.

Por otra parte también hemos aumentado el conocimiento que tenemos de los compañeros.

Otra variante podría ser haciéndose que se pusieran en la piel de otro: un compañero, un maestro, un personaje de cuento...



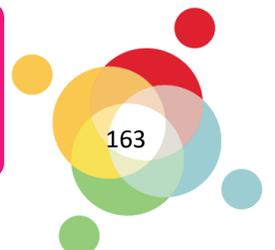
He utilizado...

Cartón, pintura, papeles de colores, un micrófono.

Puede realizarse a cualquier edad.

Pienso...

Un maestro es una brújula que activa los imanes de la curiosidad, el conocimiento y la sabiduría en los alumnos. Ever Garrison.



Cuadrilla de constructores

¡Vamos a construir un rascacielos hasta el techo!

Cohesión de grupo

Me planteo...



Con esta actividad pretendemos favorecer la interrelación y el trabajo en equipo a la vez que disfrutan creando.

Por otra parte trabajaremos el pensamiento lógico matemático a través de la clasificación, el orden, las propiedades, los colores...

¿Cómo lo hago?

En equipos de cuatro “cuadrillas” pensamos como construir una escultura empleando material reciclado: pueden ser ciudades, torres, robots...

Lo importante es que todos los miembros de la cuadrilla participen en la actividad. Primero hay que pensar lo que vamos a hacer, después cómo lo vamos a hacer y por último hacerlo. Para favorecer el proceso podemos dotarlos de un esquema para que escriban los pasos a realizar o, al menos, los tengan presentes.

Un ejemplo de construcción podría ser el de un muñeco de nieve: Los equipos hacen bolas de papel de periódico bien compactas. Uno se encarga de comprobar que lo están (control de calidad). Cuando tengamos suficientes las colocamos en dos bolsas blancas grandes, una más llena que la otra. Un miembro de cada equipo busca por la clase objetos que sirvan para completar el muñeco: gomets, bufandas, calcetines...



3-6



He conseguido...

Con este trabajo hemos conseguido que trabajemos en equipo respetando a los demás, valorando las ideas de todos y sintiéndonos escuchados.

Esta actividad necesita una posterior reflexión en la que los alumnos reconozcan que si trabajamos en equipo el trabajo es más divertido y nos cuesta menos realizarlo.

He utilizado...

Bloques de construcciones de diferentes materiales: plástico, madera, grandes, pequeños...

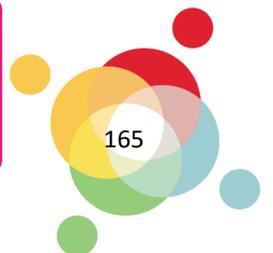
Objetos de reciclaje: cajas, botellas,...

Aunque esta actividad es para infantil puede realizarse con primero y segundo de primaria o con grupos superiores ampliando los retos.

Pienso...

La educación no crea al hombre, le ayuda a crearse a sí mismo.

M. Debesse.



Las reglas del juego

Para que todos podamos estar bien necesitamos unas reglas de juego, ¿las establecemos?

Normas de clase

Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos reflexionen sobre las necesidades que tienen para estar a gusto en el aula.

Además desarrollaremos su creatividad al participar en la representación fotográfica de las normas establecidas y las consecuencias de su incumplimiento, previamente acordadas por ellos.

Por otra parte fomentaremos la coordinación escuela-familia, buscando la reflexión y desarrollo personal del alumno.



¿Cómo lo hago?

Empezaremos con la lectura del cuento "Esto no es una selva". Durante la misma, se puede poner en práctica la destreza de pensamiento de Toma de decisiones para hablar de qué harían ellos si fueran Paula y las consecuencias de no cumplir las normas básicas.

A continuación realizaremos una lluvia de ideas sobre las normas necesarias para el bienestar de la clase. Para ello, inflaremos globos, cada alumno elige el color y con piensa la propuesta que hará. Seguidamente la profesora anotará en cada globo la propuesta realizada por cada uno, agrupando las que sean similares para establecer el criterio de prioridad de las normas.

El siguiente paso será fotografiar a los alumnos cumpliendo las normas y la consecuencia de incumplirlas. Es importante no establecer más de 5 normas y que se presenten de una en una, trabajándose de forma individual durante el tiempo necesario para que los alumnos las interioricen.

A diario el cumplimiento de las normas se valora mediante la técnica del semáforo, al finalizar la jornada el alumno guardará en un sobre de plástico pequeño el motivo de papel (verde, rojo o amarillo), según su posición en el semáforo. La familia junto con el niño, pegarán el motivo en un calendario, lo que permitirá que reflexionen conjuntamente sobre el comportamiento diario del alumno.



He conseguido...

Con esta actividad se consigue: en primer lugar que mediten, consensuen y se responsabilicen para alcanzar el bienestar del aula.

Por otro lado, conseguimos un registro del comportamiento del alumno a lo largo del curso, con el fin que el alumno, la familia y la escuela reflexionen sobre la conducta y pongan en práctica estrategias de mejora. Destacar la motivación del alumno al conseguir los motivos positivos y enseñarlo a la familia.

Nota: se pueden trabajar las normas de centro exponiéndolas en un lugar visible y común del mismo. A medida que se van cumpliendo se administran reforzadores positivos a los grupos-clase.



He utilizado...

Cuento: “Esto no es una selva”, Susanna Isern, Ed. Flamboyant.

Destreza de pensamiento “Toma de decisiones” de Robert Swartz

<http://wp.catedu.es/convivencia/wp-content/uploads/sites/64/2017/01/Normas-en-el-centro.pdf>



Aunque esta actividad está pensada para la etapa de educación infantil, puede adaptarse también a los primeros cursos de primaria.

Pienso...

Para ser niños respetados, primero hay que ser niños respetuosos.

Anónimo.

El rincón

Sabemos cómo resolver conflictos.



Resolución de conflictos

Me planteo...

Con esta dinámica pretendemos que los alumnos sean conscientes de la relevancia que tendrá en el aula el conflicto, haciéndoles reflexionar sobre las causas, las consecuencias y las posibles soluciones al mismo.

Además conseguiremos que tengan un lugar específico y estable en el aula para la gestión de los conflictos.

¿Cómo lo hago?

Empezaremos eligiendo una zona amplia del aula, donde se colocarán las fotografías elaboradas para la actividad “normas de clase”, donde ellos establecían sus propias reglas.

A continuación se visualizará el video “Sólo respira”, anticipando previamente a los alumnos el contenido a tratar. A partir de esta actividad elaborarán el bote de la calma.

El siguiente material al incorporar en el rincón será el cartel “Pasos antes de mediar”. El profesor valorará la importancia de personalizar el cartel.

Posteriormente y al lado del cartel anterior colocaremos el cartel “¿Mediamos?”. Para reflejar el acuerdo al que han llegado los implicados lo dibujarán, así como también dibujarán la medida acordada en el caso de incumplirlo.

El profesor anotará en el cuaderno de convivencia (plantilla) los conflictos ocurridos en a lo largo del curso. Este cuaderno irá acompañando al grupo durante toda la etapa.



He conseguido...

Con esta actividad los alumnos reflexionan y gestionan tanto la emoción como el conflicto generado. Además desarrollan la capacidad para generar acuerdos y la responsabilidad para cumplirlos ante el grupo clase.

Progresivamente, van generalizando la dinámica de resolución de conflictos y haciendo menos uso del rincón. Aprenden el valor del compañerismo y del bienestar emocional del aula.

¿Mediamos?




¿Por qué te has enfadado?

A	Resume el profesor/a
B	Resume el profesor/a

¿Cómo te sientes?

A	Resume el profesor/a
B	Resume el profesor/a

¿Cómo crees que se sienten los demás?

A	Resume el profesor/a
B	Resume el profesor/a

¿Qué podrías hacer para solucionarlo?

A	Resume el profesor/a
B	Resume el profesor/a

ACUERDO

✓

✗

Firmas



He utilizado...

- Video "Solo respira"
<https://www.youtube.com/watch?v=sTy9FhIvAro>
- Cartel "Pasos antes de mediar"
<http://wp.catedu.es/convivencia/wp-content/uploads/sites/64/2017/01/La-tortuga.pdf>
- Cartel ¿Mediamos?
- Plantilla: Cuaderno de Convivencia

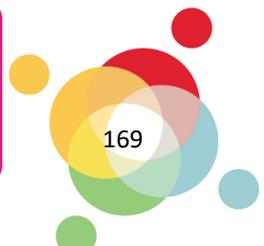


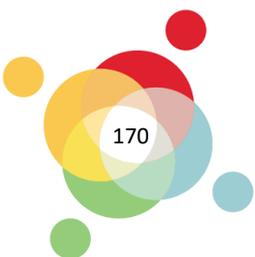
Aunque esta actividad está pensada para la etapa de Educación Infantil, puede adaptarse también a la etapa de Educación Primaria.

Pienso...

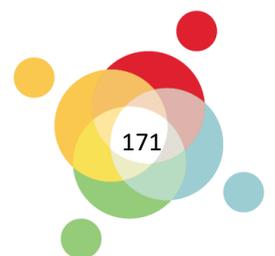
Ninguna persona merece que otra le haga sentirse mal.

Cuento Contigo. Módulo 1 .





*Pienso,
me cuestiono
y
me organizo*



**CEIP Virgen del Pilar, Calanda,
EOEIP Alcañiz**

cpvpcalanda@educa.aragon.es

<http://cpvpcala.educa.aragon.es/>



M^a José Massoti Ayela



Maria de Mar Tolos Escorihuela



Amparo Quiles Hernández

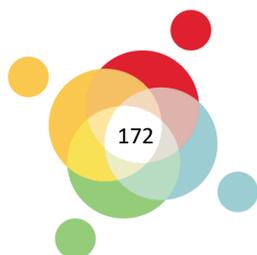


CIFE Alcorisa

<http://cifealcorisa.catedu.es/>



Joaquín Pérez Sánchez





Nuestro centro es un centro dinámico y con ganas de explorar nuevas metodologías y nuevos proyectos, que ha creído siempre que la **convivencia** y la **inclusión** son el mejor camino para asegurar un éxito del alumnado y una sociedad mejor.

Para ello hemos decidido, que sea el **cine** un eje vertebrador de un proyecto a largo plazo, que surge como una necesidad de darle otro sentido al área de tutoría, y en general a las distintas áreas del currículo y convertirlo en nuestro Proyecto de Centro: **3, 2, 1, Calanda...y acción.**

Me organizo...

Se considera necesario el trabajo de la inteligencia cognitiva y ejecutiva, al igual que la emocional, para el desarrollo integral del alumnado.

La teoría ejecutiva de la inteligencia resulta muy útil para enfrentarse a problemas y patologías del aprendizaje, en ella se asigna un importante papel a la autorregulación, un mecanismo de control consciente que puede aprenderse.

Desde el punto de vista educativo nos centramos en la activación cognitiva, la inhibición del impulso o la respuesta, la lección, organización de metas, la planificación, el control, dirección y gestión de la atención, la flexibilidad cognitiva, la memoria de trabajo, la gestión de la motivación, la gestión de las emociones, la metacognición y el mantenimiento del esfuerzo.

El período de mayor desarrollo de la función ejecutiva ocupa de los seis a los ocho años, cuando los niños ya pueden autorregular sus comportamientos, pueden fijarse metas y anticiparse a los hechos. Esa habilidad está claramente ligado al lenguaje interior. A los doce años ya tienen una organización cognitiva cercana a la de los adultos, aunque el desarrollo complejo se consigue a los dieciséis. Manejar el habla interior es la gran herramienta para darnos órdenes a nosotros mismos. Es, pues, una de las grandes herramientas –aprendidas– del sistema ejecutivo.

Toma de decisiones

La toma de decisiones es uno de los procesos más difíciles a los que se enfrenta el ser humano pero también de los más importantes del pensamiento. Las decisiones se toman siempre en unos contextos determinados, influenciadas por aspectos cognitivos, motivacionales y afectivos, lo que dificulta este tipo de procesos.

Este proceso debe estar descrito en el trabajo con el alumno, integrando capacidades, aprendizajes para que repercuta en su desarrollo personal, de forma gradual partiendo de acciones más concretas a más abstractas o de mayor importancia para el alumnado.

Estrategias y destrezas de pensamiento

Los alumnos desde etapas tempranas deben prepararse para ejercitar el juicio crítico y el pensamiento creativo que les permita contrastar situaciones, tomar decisiones a partir de la valoración de varias propuestas, resolver problemas. Este proceso se inicia en la escuela para que sea progresivamente trasladado a la vida adulta.

A pesar de que este tipo de rutinas se lleva a cabo con alumnos de niveles más altos, en los procesos que se llevan a cabo en el aula de forma rutinaria, se puede contrastar, comparar, dar diferentes opciones para que ellos elijan la mejor ateniéndose a las consecuencias.

Los objetivos en 2º ciclo de infantil:

- Crear rutinas en el trabajo del aula planificando el día y dedicando tiempo a la explicación de los cambios de actividad, usando soportes gráficos significativos, para luego ganar autonomía.
- Marcar el tiempo de las tareas de manera visible, con tiempos limitados, evitando tiempos muertos entre tareas.
- Dar tiempo a los alumnos para pensar cómo se van a organizar (para realizar alguna tarea, para jugar por rincones...) habiendo explicado anteriormente unas normas de acción.
- Dar responsabilidades en el funcionamiento dentro del aula (encargados) fomentando la responsabilidad y el sentirse partícipe de un todo que es la clase.
- Entrenar en autoinstrucciones. Empezando con tareas sencillas para ir creando en ellos secuencias que después podrán reproducir por sí solos de forma autónoma; será una forma de trabajar el lenguaje interior.
- Descubrir, conocer y controlar el propio cuerpo para formarse una imagen positiva de sí mismo, valorando y apreciando sus capacidades y limitaciones, adquiriendo hábitos de salud y bienestar.
- Incentivar la asunción de pequeñas responsabilidades.
- Enseñar al alumnado a descubrir las consecuencias de sus actos, tanto para sí mismos como para los compañeros.



Tabla de contenido

INFANTIL		
1º EI	2º EI	3º EI
ME ORGANIZO / ME PLANIFICO		
Agenda del día: ¿Qué hacemos hoy? Funciones ejecutivas: ¿Cómo trabajamos? ¿Qué hacemos hoy? Juego y aprendo. Hoy organizo la clase.	Agenda del día: ¿Qué hacemos hoy? Funciones ejecutivas: ¿Cómo trabajamos? ¿Qué hacemos hoy? Juego y aprendo. Hoy organizo la clase.	Agenda del día: ¿Qué hacemos hoy? El reloj del aula. Funciones ejecutivas: ¿Cómo trabajamos? ¿Qué hacemos hoy? Juego y aprendo. Hoy organizo la clase. El reloj del aula.
TOMA DE DECISIONES		
Esquema corporal e identificación: Yo soy así, ¿y tú? Así me veo yo. Me muevo y juego. Destrezas motrices: Me muevo y juego. Me gusta estar sano. Hábitos de salud e higiene: Yo soy así, ¿y tú? Me gusta estar sano. Primeras decisiones: ¡Qué recogida está el aula! Me gusta hacerlo bien.		
DESTREZAS Y RUTINAS DE PENSAMIENTO		
	Atención a la diversidad: Eres diferente, eres genial. Valores personales: Busca lo bueno.	Valores personales: Todos nos equivocamos.

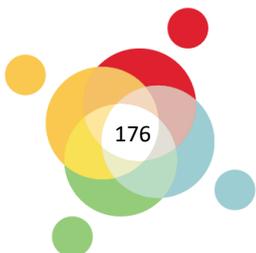


Tabla de actividades

Actividad	Descripción	Edad	Competencia	Tiempo
¿Qué hacemos hoy?	Me planifico y me organizo	3-6		
Juego y aprendo	Me planifico y me organizo	3-6		
Hoy organizo la clase	Me planifico y me organizo	3-6		
¿Cómo trabajamos?	Me planifico y me organizo	3-6		
El reloj del aula	Me planifico y me organizo	3-6		
Yo soy así, ¿y tú?	Toma de decisiones	3-6		

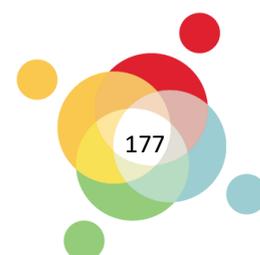


Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Así me veo yo	Toma de decisiones	3-6	 	
Me muevo y juego	Toma de decisiones	3-6	 	
Me gusta estar sano	Toma de decisiones	3-6	 	
¡Qué recogida está el aula!	Toma de decisiones	3-6	 	



Tabla de actividades

Actividad	Descripción Objetivos	Edad	Competencia	Tiempo
Me gusta hacerlo bien	Toma de decisiones	3-6		
Eres diferente, eres genial	Destrezas y rutinas del pensamiento	+4		
Busca lo bueno	Destrezas y rutinas del pensamiento	+4		
Todos nos equivocamos	Destrezas y rutinas del pensamiento	+5		



¿Qué vamos a hacer hoy?

Escucho atento lo que tengo que hacer, pienso cómo, pero también ¡me pongo un tiempo!

Me planifico

Me organizo

Me planteo...

A través de esta dinámica pretendo iniciar las bases para que los alumnos sepan interiorizar unas rutinas de estudio en una jornada escolar, además de tener una base visual en el aula de las actividades a realizar.



¿Cómo lo hago?

Durante la asamblea iremos colocando los diferentes pictogramas que se relacionen con dibujo y letra cada una de las actividades diarias. Al ir las pegando las explicaremos o recordaremos con detalle y con ayuda de los alumnos. Las actividades rutinarias es muy probable que, conforme pasen los días, ya las hayan adquirido y puedan simplemente colocarse en nuestro poster. Podremos colocar por ejemplo actividades como: asamblea, ir al baño, almuerzo, ficha individual, rincones, recoger, ponerse la chaqueta, música, religión, inglés... Esta anticipación ayudará a los alumnos a preparar se mentalmente para las actividades futuras y nos permitirá tener un planning del día a la vista donde los alumnos podrán consultar qué hacer.



He conseguido...

Que mis alumnos vayan aprendiendo la secuencia espacio-temporal de las actividades y empiecen a conocer diferentes conceptos relacionados con el tiempo: mañana, tarde, antes, ahora, después...

Además conseguimos que vayan ganando seguridad, confianza y autonomía.

He utilizado...



Tarjetas con los símbolos de Arasaac de los diferentes momentos y/o actividades del día.

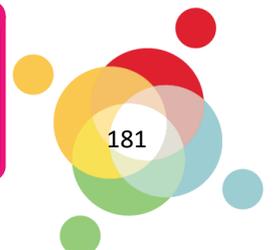
<http://catedu.es/arasaac/>Licencia:CC(BY-NY)

Esta actividad es muy útil a lo largo de la etapa de primaria. La interiorización de esta rutina ayudará en su vida diaria.

Pienso...

No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy.

Refrán español.



Juego y aprendo

¡Escucho y pienso a qué voy a jugar!



Me planifico

Me organizo

Me planteo...

Con esta dinámica de trabajo pretendemos dotar a los alumnos de diferentes espacios donde puedan desarrollar distintas actividades en pequeños grupos.

Acudiendo a los mismos pretendo que, además de desarrollar la destreza propia del rincón, afiancen su autonomía y organización personal.

¿Cómo lo hago?

Colocaremos en el aula diferentes rincones a los que los alumnos podrán acudir, como por ejemplo: construcciones, casita, matemático, biblioteca, pintura, ordenador, etc.

Cada rincón tendrá un determinado número de niños que podrán acudir cada vez por lo que cada alumno deberá "inscribirse" en el rincón que quiera experimentar. Para hacerlo, colocarán su foto en la perchita correspondiente de cada rincón en los niveles de 3 y 4 años. En nivel de 5 años los niños colocan su foto en el cuadrante general de todos los rincones.

Los maestros, deberán animar a los alumnos a que experimenten todos los rincones de una forma equilibrada a lo largo del curso, por lo que será interesante que llevemos un registro de los rincones que visitan. También es importante ir modificando estos rincones proponiéndoles retos distintos o renovando, si es posible, el material.



He conseguido...

Con esta actividad conseguimos que los alumnos vayan planificando la actividad que tienen que realizar en los diferentes rincones y que aprendan a distribuirse, pues no pueden realizar todos la misma actividad.

Además, aprenden poco a poco a tolerar su frustración cuando no tienen sitio en el rincón que ellos quieren.



He utilizado...

El material de clase organizado en los diferentes rincones de juego, sus correspondientes perchitas o paneles y las tarjetas de las fotos de los alumnos.

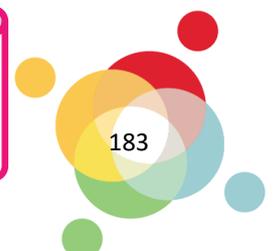
Aunque esta actividad está pensada para los cursos de Educación Infantil, puede adaptarse también para los más mayores.

Pienso, me cuestiono y me organizo

Pienso...

Todos tenemos un rincón especial cuando queremos soñar.

Roberto Gómez Bolaños.





He conseguido...

Con esta rutina consigo que mis alumnos sean responsables de la dinámica del aula organizando y dirigiendo algunas de las actividades.

Por otra parte, al tener un momento de liderazgo dentro del aula los alumnos perciben su importancia dentro del grupo.



He utilizado...

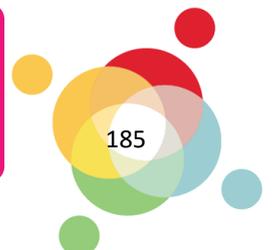
Varios materiales elaborados como: el tren de la asistencia de los alumnos con sus correspondientes tarjetas de sus fotos, el gusano del tiempo atmosférico y de los días de la semana, el calendario, la pizarra blanca...

Aunque esta actividad está pensada para los cursos de Educación Infantil, puede adaptarse también para los más mayores.

Pienso...

Todos fuimos dotados con una chispa de locura... ¡no la desaproveches!

Robin Williams.



¿Cómo trabajamos?

Con pequeñas instrucciones me organizo y resuelvo mejor.

Me planifico

Me organizo



Me planteo...

Con esta actividad buscamos que los alumnos poco a poco sean capaces de realizar solos la tarea fraccionándola en pequeños pasos fácilmente asumibles.

Además seguimos incentivando el trabajo en equipo, el diálogo entre iguales, la negociación...

¿Cómo lo hago?

El objetivo de la actividad es que los niños construyan un muñeco de nieve. Al principio los niños cuentan con un montón de material sin "sentido aparente". Lo clasifican según unas pautas que les vayamos dando: color, tamaño, dureza... Luego les diremos que vamos a realizar un muñeco de nieve y por grupos tienen que pensar qué material es más adecuado para cada parte del muñeco.

Después los grupos nos irán diciendo cuáles han sido sus opciones y podremos reconducir o guiar su plan si es necesario. Después les pediremos que piensen cuáles son los pasos a seguir para crear el muñeco: qué colocarán primero, qué después y así sucesivamente. Cuando tengan la secuencia preparada (podemos pedirles que la dibujen), comprobaremos que es factible y les daremos pie a que lo intenten. Luego mostrarán sus muñecos al resto de compañeros.



3-6

He conseguido...

A través de esta actividad hemos conseguido que los alumnos organicen su tarea y planteen una secuencia mental para realizarla. De esta manera, han ganado confianza y son cada vez más autónomos en la realización de las actividades individuales que se les ha planteado.

Además hemos fomentado el trabajo en grupo y su creatividad para desarrollar un pequeño proyecto común.

Esta actividad se puede simplificar dotando a los alumnos de los pasos a seguir y, de este modo, enseñarles a seguir instrucciones. También podemos ampliarla hablando de material reciclado, poniéndole nombre a nuestras obras de arte...



He utilizado...

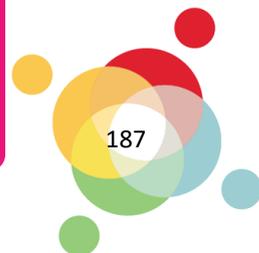
Todo tipo de material manipulable que se pueda encontrar en el aula de infantil (tapes, platos, bolas, coches, construcciones), pizarra portátil y fichas de modelo.

Esta actividad puede llevarse a cabo en primaria, en la resolución de problemas, con la secuenciación de los diferentes pasos.

Pienso...

Un viaje de mil millas empieza con un primer paso.

Lao-Tse.



El reloj del aula

Miro el reloj y cambio de actividad.

Me planifico

Me organizo

Me planteo...

Con este recurso pretendo que los alumnos vayan tomando conciencia de los diferentes momentos y espacios en los que se encuentran a lo largo de la jornada escolar.



¿Cómo lo hago?

Para llevarlo a cabo realizaremos un reloj confeccionado con fotos de los diferentes momentos del día: rincones, recreo, almuerzo, asamblea, despedida, comida... En el mismo aparecerán las tareas más rutinarias del día.

La saeta nos irá mostrando en qué momento del día estamos. Para hacerlo más dinámico puede ser el encargado del día el que se encargue de cambiarla y anunciarnos la próxima actividad. También podemos ligarlo con las canciones de rutina de forma que cada vez que cambiemos de actividad, el encargado empiece a cantar y los demás le sigamos.



3-6

He conseguido...

Con esta dinámica he conseguido que los alumnos se organicen temporal y espacialmente en función de las actividades que realizan en clase y que son más significativas para ellos.

Además les ayuda a organizarse y anticiparse para la próxima actividad, lo cual es muy importante y útil con niños de tan corta edad.

Es importante hacer reflexionar a los alumnos, sobre el momento en el que se encuentran, más allá del cambio de hora.



He utilizado...

Cartulina y fotos de las diferentes actividades.

Aunque adaptada, este recurso también puede ser muy útil en los primeros cursos de primaria.

Pienso...

De tanto darle tiempo al tiempo, se nos va la vida.

Anónimo.



Yo soy así, ¿y tú?

¿Cómo es mi cuerpo? ¿Y el tuyo? ¿Nos dibujamos?

Toma de decisiones

Me planteo...

Con esta actividad pretendo que los alumnos aprendan a trabajar en equipo y a organizarse por parejas.

Por otra parte trabajaremos el autoconcepto y la creatividad.



¿Cómo lo hago?

Los alumnos se encontrarán andando libremente por el aula. Entonces les pediremos que se agrupen o se coloquen en diferentes sitios según algunas pautas. Por ejemplo: los que tienen hermanos y los que no, los que llevan el pelo largo o corto, los que les gusta jugar con bloques y los que no... Cada vez que se agrupen deberán abrazarse con sus compañeros. Por último, les pediremos que se coloquen por grupos: de cuatro, seis... hasta llegar a estar por parejas. Entonces deberán "entrevistarse" para enterarse de cuantas más cosas mejor relacionadas con su compañero: si tiene mascota, con quién vive, su color favorito...

En ese momento dotaremos a cada pareja con dos trozos de papel continuo. En cada uno deberán repasar la silueta de cada miembro de la pareja y completarlo con la información que les ha dado el compañero a través de dibujos: vestimenta de su color favorito, su familia o mascota al lado... Finalmente entre ambos los colorean con pinturas de dedos.



3-6



He conseguido...

Con esta actividad hemos trabajado la dinámica del trabajo en equipo a la vez que potenciamos la expresión oral.

Por otra parte conseguimos que tomen conciencia de su propio cuerpo, estableciendo diferencias entre las siluetas de sus compañeros de clase y a través de una actividad atractiva que utiliza la pintura. Además podemos establecer diferencias en la ropa u otros artículos en función de sus preferencias.



He utilizado...

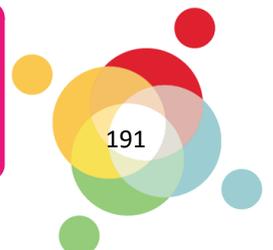
Papel continuo, pintura de dedos de diferentes colores y pinceles.

Esta actividad se puede trabajar con oficios, donde cada silueta represente un trabajo y los alumnos pongan elementos asociados.

Pienso...

Si quieres conocer a una persona, no le preguntes lo que piensa sino lo que ama.

Agustín de Hipona.



Así me veo yo

Descubro como soy yo y como son los demás.

Toma de decisiones

Me planteo...

Con esta actividad pretendo que los alumnos sean capaces de pensar y reflexionar en sí mismos y su propio cuerpo. Además trabajamos su esquema corporal y su creatividad.



¿Cómo lo hago?

A principio de curso pediremos que los alumnos traigan a clase una foto de cuando eran bebés y la colocaremos pegada en un extremo de la pared. A partir de entonces, cada mes los niños se dibujarán en una ficha titulada "Así me veo yo...". Para realizarla partiremos de unos minutos de relajación guiada tumbados en la alfombra en la que, con ayuda de la maestra y una música suave de fondo, irán recorriendo todas las partes de su cuerpo y analizando mentalmente cómo es cada una de ellas. Después de la visualización, realizarán la ficha sin ninguna otra indicación.

Todas esas fichas se recogen y se colocan al lado de la foto del niño mes a mes. De esta forma, veremos la evolución de la imagen que tienen de su esquema corporal a lo largo del curso escolar o etapa. Por último, a final de curso haremos una foto de cada niño para "culminar" su línea de dibujos. En este momento podremos realizar una reflexión conjunta comparando su cuerpo con el de sus compañeros, observando diferencias y similitudes y viendo la evolución que hay en sus dibujos.



He conseguido...



Con esta actividad conseguimos que los alumnos reflexionen sobre su propio cuerpo e imagen corporal, visualizando cómo es y sus posibilidades. Además pueden ir observando pequeñas similitudes y diferencias con los cuerpos de sus compañeros.

Por otra parte, nos permite comprobar la evolución de la imagen que tienen del esquema corporal. En etapas superiores, se puede profundizar en las similitudes y en las diferencias, explicando el por qué de las mismas.

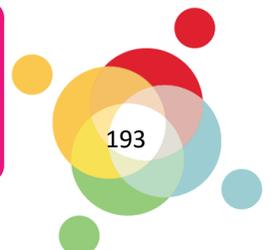
He utilizado...

Ceras de colores y las fichas de *Así soy yo en...* los diferentes meses del año.

Esta actividad es muy motivante en los cursos de infantil, pero también puede realizarse en los primeros cursos de primaria.

Pienso...

El cambio es incesante e imparable; por tanto, la mejor estrategia es aceptarlo y evolucionar. Seth Godin.



Me muevo y juego

*El juego y el movimiento
¡salud y diversión!*

**Toma de
decisiones**

Me planteo...



Con estas actividades queremos que los alumnos sean conscientes de las posibilidades de movimiento que tiene su cuerpo, adquieran destrezas motrices, y coordinación de una manera lúdica a través del juego y respeten las normas básicas de seguridad y juego.

Por otra parte perseguimos que los alumnos sean capaces de organizarse y trabajar en equipo para conseguir diferentes retos cooperativos.

¿Cómo lo hago?

Cada semana plantearemos una sesión de psicomotricidad en la que se podemos trabajar diferentes tipologías de juego, por ejemplo:

- Dirigido: “Chocolate inglés”, “Zapatilla por detrás”, “El juego de los aros” ...
- Libre por rincones: sensoriomotor, representacional y simbólico.
- Cooperativo: sillas musicales, carreras de relevos de gusanos, los troncos pasando por encima de los compañeros...

En estos juegos los alumnos deben respetar las normas, tomar decisiones con respecto a la forma de jugar, así como disfrutar con el juego. Además según las características de la sesión podemos trabajar unos u otros contenidos .



He conseguido...

A través de estas sesiones, conseguimos que los alumnos progresen a nivel motor, afectivo y social con los distintos juegos que se han propuesto. Además aprenden a relacionarse, interaccionando físicamente, negociando turnos de participación, teniendo que decidir cuando actuar por las repercusiones que tienen sus acciones con sus compañeros, etc.

Además son actividades que los niños adoran por su cariz lúdico.

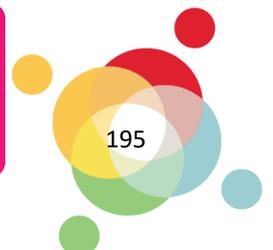
He utilizado...

Los distintos materiales de la sala de psicomotricidad: colchonetas, bancos, espalderas, aros, bloques de espuma, cuerdas, pelotas, zancos...

Aunque esta actividad está pensada para los cursos de Educación Infantil, puede adaptarse también para los más mayores.

Pienso...

*Los movimientos no sólo los hacemos simplemente por movernos; cada movimiento tiene su propósito, siempre tiene alguna intención. **María Montessori.***



Me gusta estar sano

Estoy cuidando mi cuerpo, cuando tengo hábitos saludables.

Toma de decisiones

Me planteo...

Que los alumnos conozcan los diferentes grupos de alimentos, a través los almuerzos y de los menús del colegio.

Que aprendan a asociar aquellos tipos de alimentos que pueden comer con más frecuencia y cuáles no.

Que valoren la importancia de los hábitos de higiene para su bienestar.



¿Cómo lo hago?

.En el aula habrá una pirámide o rueda de alimentos. Se irá trabajando para que sirva cada uno, que alimentos hay en cada grupo o la frecuencia de consumo. Además se trabajaran rutinas del os hábitos de higiene.

En un papel continuo se irá poniendo con pegatinas o dibujos que come cada uno de los alumnos en el almuerzo, de forma que se observe si comen muchos dulces, muchas fruta, mucho pan, etc. A través de preguntas valorar la necesidad de comer de todo y convencer aquellos alumnos que excluyen algún tipo de alimento.

Con la colaboración de las familias, pedir que en alguna ocasión todos puedan coincidir en el tipo de almuerzo para hacer valoraciones en grupo.



He conseguido...

Los alumnos conocen y se habitúan a una clasificación de alimentos, cuya ingesta adecuada se vincula a un estado de salud adecuado. Los alumnos conocen diferentes tipos de almuerzos que pueden estar relacionados con otras culturas.

Con esta realidad hacen comparaciones, de lo que come cada uno de ellos con el calendario, lo que comen cada uno de sus compañeros y lo que pone en la rueda de alimentos que sería lo adecuado y más saludable.

Pueden valorar y ser críticos respecto a si están comiendo adecuadamente o no, viendo el calendario mensual de almuerzos y proponer alternativas para días siguientes.



He utilizado...

Los aseos, los lavabos, el jabón, los pañuelos, las papeleras, para los hábitos de higiene.

Pegatinas de alimentos para ir poniendo en el calendario y recordar lo que almuerzo cada día.

Esta actividad es interesante llevarla desde infantil para tener un conocimiento de alimentación adecuado.

Pienso...

Mens sana in corpore sano.

Platón.



¡Qué recogida está el aula!

¡Yo me encargo de recoger!

**Toma de
decisiones**



Me planteo...

El propósito es trabajar la autonomía y el orden, además de que valoren la importancia de tener las cosas recogidas para beneficio común.

Son dinámicas que se pueden repetir varias veces al día, puesto que el cambio de actividad es frecuente en infantil, para lo que se hace necesario ordenar y recoger.

¿Cómo lo hago?

Se establece una música o melodía, se les da varias opciones y se elige una que esté consensuada por ellos, que signifique el comienzo de la recogida. Se intentará que sean melodías movidas y animadas.

Al utilizar la música, deben recoger de forma ordenada, silenciosa y respetando los materiales. Se aprovechan las situaciones de desacuerdo para resaltar la importancia del orden, del respeto entre compañeros y del tiempo que se debe emplear en estas tareas para dejar las cosas tal y como se encuentran para que sean utilizadas por el resto de compañeros.



He conseguido...

Con esta rutina conseguimos que los alumnos sean capaces de iniciar la tarea con solo oír la melodía, sabiendo lo que significa. Además deben organizarse para dejar cada rincón de manera ordenada y trabajando en equipo.

Se trabaja la expresión oral, cuando se les pregunta por qué es importante esta tarea o cuando alguien no quiere hacerla.

He utilizado...

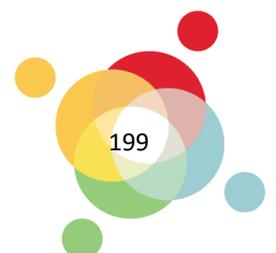
Música y carteles con fotos indicativas de lo que se guarda en cada contenedor.

En Infantil el orden es muy importante pues se comparten espacios, se trabaja en grupo, el respeto de las cosas y los lugares es esencial.

Pienso...

Un diccionario es un universo en orden alfabético.

Anatole France.



Me gusta hacerlo bien

Cuando hago las cosas bien, me siento ¡feliz!

Toma de decisiones

Me planteo...

Con esta actividad perseguimos que los niños vayan evaluando su forma de hacer las cosas en su quehacer diario.

Además queremos que sean capaces de expresar y valorar cómo se sienten cuando las hacen bien o no. De esta forma van controlando su conducta y reforzando poco a poco su autoestima, tomando decisiones por el camino.



¿Cómo lo hago?

Se trata de utilizar diferentes formas de refuerzo: como sellos de distintos tipos (excelente, muy bien, sigue así y regular), paneles en los que los alumnos obtienen caras tristes o contentas en función de las tareas encomendadas. De forma individual, los niños refuerzan de manera positiva su conducta mirándose en el “Espejo de los campeones” de la clase (soy capaz de hacerlo mejor, esta vez me va a salir bien...).

Se pretende que los alumnos se evalúan y experimentan la sensación del trabajo bien hecho.



He conseguido...

A través de esta actividad conseguimos que los alumnos sean cada vez más conscientes de sus comportamientos y de sus actos, autogestionándose, autocontrolándose y experimentando las sensaciones que desprenden estos actos en ellos mismos.



He utilizado...

Diferentes tipos de sellos, paneles con las distintas responsabilidades de cada grupo (limpieza de mesas, árbitro, repartidor de material y supervisor de clase) y sus caras tristes/contentas, El Espejo de los Campeones...

Esta actividad es muy adecuada para niveles de infantil y primaria, pues disfrutan con los premios y refuerzos positivos.

Pienso...

No dejes que la opinión de alguien, se convierta en tu realidad.

Les Brown.



Eres diferente, eres genial

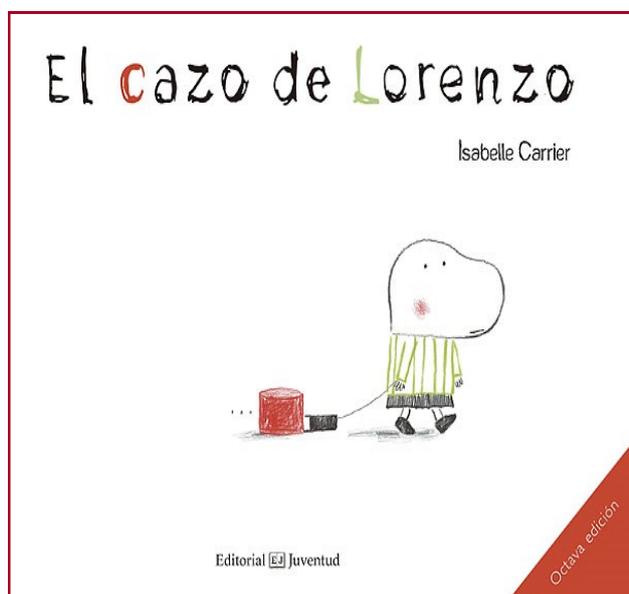
Si no me preocupo, no veo el cazo.

Destrezas y rutinas de pensamiento

Me planteo...

En esta actividad se pretende que los alumnos reflexionen sobre la importancia de luchar y perseverar por los objetivos.

Por otro lado, se puede poner de manifiesto que las etiquetas o bajas expectativas que ponen los demás, no ayudan a conseguir esos objetivos.



¿Cómo lo hago?

Se comienza con la lectura del cuento “El Cazo de Lorenzo” o el visionado del mismo a través del vídeo de Youtube con el mismo nombre para proyectarlo a nuestros alumnos. En cada página o fotograma mostrado, se puede aplicar la **Rutina de Pensamiento “Palabra-Idea-Frase”**. El docente pregunta:

Dime una **palabra** relacionada con el cuento.

Cuéntame una cosa importante del cuento (**Idea**).

¿Cómo contarías en casa lo que has aprendido del cuento? (**Frase**)

El docente valorará la posibilidad de hacer esta actividad de forma oral y anotar las reflexiones en la pizarra, para valorarlas entre todos.



He conseguido...

Con esta actividad los alumnos reflexionan sobre su propia vida, creándose un ambiente muy personal y de complicidad con el docente.

Es importante en este aspecto que acompañemos a los alumnos en la verbalización de sus sentimientos, ya que muchas veces tenderán a reprimir ciertas expresiones cuando éstas les generen malestar.

La idea es mostrar al alumno una forma adecuada de expresar la emoción de forma que su autoestima y autoconcepto salgan reforzados. Debemos recordar que cada alumno tiene un ritmo diferente, por lo que debemos ser pacientes y darles tiempo.



He utilizado...

<https://www.youtube.com/watch?v=upDli7rcGol&feature=youtu.be> → El caso de Lorenzo

Cuento: "El Caso de Lorenzo", Isabelle Carrier, Ed. Juventud.

Rutinas de Pensamiento: Palabra / Idea / Frase , Project Zero. Visible Thinking.



Todas las dinámicas que se trabajan a partir de cuentos, pueden adaptarse a distintas edades, solo cambia el modo y tipo de preguntas.

Pienso...

Se ríen de mí porque soy diferente. Yo me río de ellos porque son todos iguales.

Kurt Cobain.



Busca lo bueno

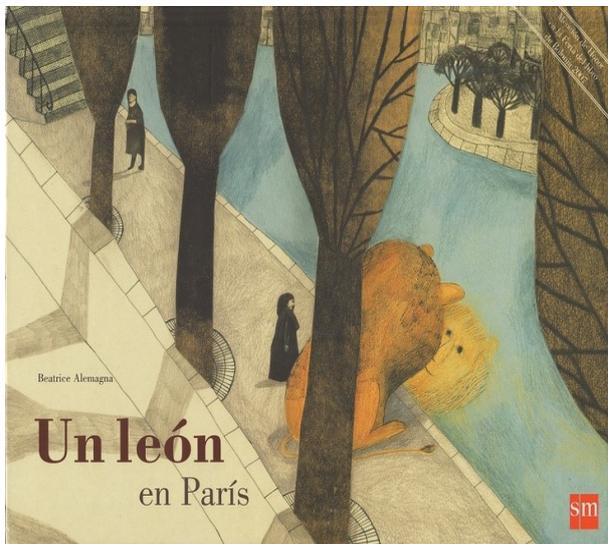
¡Disfruto con lo que hago!

Destrezas y rutinas del pensamiento

Me planteo...

En esta actividad pretendemos que los alumnos valoren todo aquello que tienen a su alcance, las cosas más básicas, el entorno, la familia.

Se pretende dar valor a lo cotidiano y reflexionar que muchas cosas que se utilizan en el mundo occidental de forma habitual en otros lugares no existen.



¿Cómo lo hago?

Se lee el cuento **“Un León en París”**, o lo se puede ver desde el vídeo de Youtube con el mismo nombre proyectándolo a los alumnos.

En cada página o fotograma mostrado se puede aplicar la **Rutina de Pensamiento “Headlines”**. Esta rutina, resume y captura la esencia de la idea, concepto o tema que se está viendo. En la etapa de infantil, los alumnos pueden hacer aportaciones que el profesor anota en la pizarra.

El cuento se desarrolla en dos ambientes muy distintos, la ciudad y la sabana. Durante la lectura y/o visionado del cuento, se puede parar la lectura y realizar la **destreza de pensamiento “Compara—Contrasta”**. Analizaremos los dos hábitats del león. El docente lanzará las siguientes preguntas: ¿En qué son diferentes? ¿En qué son similares? ¿Dónde crees que estará mejor el león? ¿Y tú dónde estarías mejor? ¿Por qué?



He conseguido...

La actividad consigue que los alumnos reflexionen todo aquello que tienen a su disposición cada día, desde el desayuno, la ropa, el colegio, su familia. Expresan como se sienten con todas estas cosas.

Por otro lado, aprenden a comparar entre hábitats distintos, el cómo se sentirían en uno y en otro, en función de si son leones o personas.

Si se trabaja la forma de pensar, se puede hacer que las personas sobrelleven mejor las situaciones, sepan adaptarse a lo que les pueda ocurrir.



He utilizado...

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

Cuento: "Un León en París", Beatrice Alemagna, Ed. SM.

Rutinas de Pensamiento: Headlines, Project Zero. Visible Thinking.

Destreza de pensamiento "Compara / Contrasta", Robert Swartz.



Esta dinámica está dirigida a través de las preguntas que realiza el profesor. Por tanto puede adaptarse a cualquier edad.

Pienso...

Para ser irremplazable, uno debe ser siempre diferente.

Coco Chanel.



Todos nos equivocamos

Lo siento, ¡me he equivocado!

Destrezas y rutinas del pensamiento.

Me planteo...



Una de las características de nuestra sociedad actual es la capacidad que tenemos para construir prejuicios sobre casi todo. Afortunadamente, muchas veces, cuando nos equivocamos y reflexionamos, aprendemos y nos llevamos maravillosas sorpresas.

En esta actividad pretendemos reflexionar con nuestros alumnos sobre situaciones que nos han podido suceder en nuestra vida.

¿Cómo lo hago?

Se visiona el vídeo "Snack Attack" alojado en Youtube con el mismo nombre. En el minuto 2:27 podemos parar el vídeo y aplicar la **Rutina de Pensamiento "Veo-Pienso-Me pregunto"**. Esta rutina ayuda a los alumnos a ser cuidadosos en las observaciones e interpretaciones.

Tres preguntas realizará el docente y lo puede trabajar a través de una estructura cooperativa 1-2-4: ¿Qué es lo que ves? ¿Qué es lo que piensas? ¿Qué te preguntas?. La diferencia principal entre el veo y pienso, es que el veo es algo objetivo. Por ejemplo en este ejemplo sería una anciana, un joven, un paquete de galletas, etc.

A continuación, se puede poner en práctica la **destreza de pensamiento de "Toma de decisiones"** a través de preguntas:

¿Qué harías tú si fueras la anciana? ¿Qué podrías haber hecho si fueses el chico?

¿Qué consecuencias tienen cada una de las opciones planteadas por grupos?

Analizar las aportaciones y establecer unas conclusiones de grupo.



He conseguido...



Esta actividad pretende poner en valor la generosidad como una cualidad en las personas por encima de todo lo demás.

Por otro lado, pone de manifiesto la importancia de apartar de nuestro pensamiento, los juicios obtenidos a partir de las apariencias de las personas o incluso de ideas preconcebidas que no son ciertas. Todo ello nos lleva a obtener decisiones erróneas e injustas.

No se puede juzgar a las personas, solo por ser mero hecho de ser diferentes, pues todos lo somos.

He utilizado...

Snack Attack: https://www.youtube.com/watch?time_continue=247&v=38y_1EWIE9I

Rutinas de Pensamiento: Veo-Pienso-Me pregunto, Project Zero. Visible Thinking.

Destreza de pensamiento "Toma de decisiones", Robert Swartz.



Esta actividad es muy versátil, puede realizarse con los más pequeños y también con los alumnos de primaria.

Pienso...

El mejor espejo es un viejo amigo.

George Herbert .



Glosario

Alegría: Es la emoción que se experimenta cuando algo provoca felicidad.

Amor: Sentimiento de vivo afecto e inclinación hacia una persona o cosa a la que se le desea todo lo bueno.

Angustia: Estado de intranquilidad o inquietud muy intensa causado por algo desagradable o por la amenaza de una desgracia o un peligro.

Autoconcepto: imagen que tenemos de nosotros mismos, basada en la observación de nuestras cualidades y defectos, así como de la interacción con el mundo exterior.

Autoestima: es el ideal, el concepto y la percepción que tenemos de nosotros mismos.

Calma: Tranquilidad, ausencia de agitación y de nervios en la forma de actuar.

Celos: Respuesta emocional que surge cuando una persona percibe una amenaza hacia algo que considera propio.

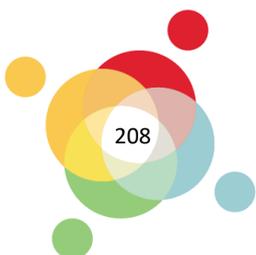
Culpa: Responsabilidad o causa de un suceso o de una acción negativa o perjudicial, que se atribuye a una persona o a una cosa.

Destrezas de pensamiento: Las destrezas son organizadores que nos ayudan a realizar un tipo de pensamiento profundo y cuidadoso. Se pueden transferir a nuevas situaciones, tanto curriculares como de la vida cotidiana.

Empatizar: Capacidad de percibir, compartir y comprender lo que el otro puede sentir.

Enfado: Sentimiento de disgusto hacia una persona o cosa, generalmente a causa de algo que le contraria o perjudica.

Envidia: Sentimiento de tristeza que experimenta la persona, cuando desea algo que otra u otras poseen.



Etiquetas sociales: Características personales y humanas asociadas a los individuos por el mero hecho de tener un aspecto concreto, pertenecer a un colectivo concreto etc. Es una valoración personal e individual a partir de una información genérica externa.

Funciones ejecutivas: Las funciones ejecutivas son *habilidades cognitivas* internas y autodirigidas internamente al servicio de una meta, dirigen nuestra conducta (autorregulación) y nuestra actividad cognitiva y emocional. Aunque son procesos independientes, las funciones ejecutivas se coordinan e interactúan para la consecución de objetivos y hacen referencia a un amplio conjunto de *capacidades adaptativas*, que *nos permiten analizar qué es lo que queremos, cómo podemos conseguirlo y cuál es el plan de actuación más adecuado para su consecución*, autoguiados por nuestro *lenguaje interior* sin depender de indicaciones externas.

Gestionar: Hacer las actuaciones necesarias para conseguir o resolver una cosa.

Miedo: Sensación de angustia provocada por la presencia de un peligro real o imaginario.

Nervios: Sensación de inquietud que provoca malestar y pérdida de la calma.

Rabia: Enfado grande, que se manifiesta con palabras, gritos y acciones violentas.

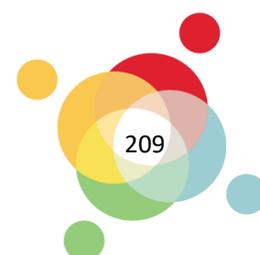
Rutinas de pensamiento: Es un patrón sencillo de pensamiento que se puede usar repetidas veces integrándose con facilidad en las dinámicas del aula. Hace visible el pensamiento.

Soledad: Circunstancia de estar solo o sin compañía.

Sorpresa: Alteración emocional causada por algo imprevisto o inesperado.

Timidez: Sensación de inseguridad en uno mismo que toda persona siente ante situaciones sociales nuevas y que le impide relacionarse con los demás.

Toma de decisiones: Es el *proceso* mediante el cual, se realiza una elección entre diferentes opciones, con el fin de resolver situaciones de la vida en sus diferentes contextos: educativo, laboral, económico, familiar, personal, social, etc. Consiste, en *saber elegir* una opción entre las disponibles para resolver un problema o dilema. En términos básicos la toma de decisiones es el *proceso de definición de problemas, recopilación de datos, generación de alternativas y selección de una actuación*.



Tristeza: Estado anímico que ocurre por un acontecimiento desfavorable. Suele manifestarse con signos como el llanto, falta de ánimo.

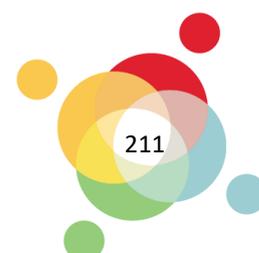
Tutor: Persona, docente responsable de la guía y orientación de los alumnos de un grupo. El término proviene del significado inicial, palo o vara que era atado a un árbol que crecía torcido con el fin de enderezarlo. El tutor imposibilita que el árbol crezca desviado, al estar atado a él, crece como en la misma dirección recto y erguido. El tutor es el guía, es el ejemplo.

Tutoría: Acción o acciones encaminadas a dirigir y orientar a los alumnos en su trayectoria, personal, académica, social.



Bibliografía

1. Aguilar, L. (2005). *Orejas de mariposa*. Ed. Kalandraka.
2. Alemagna B. (2007). *Un león en París*. Beatrice Alemagna. Ed SM.
3. Alemagna B. (2009). *El país de las pulgas*. Ed. Phaidon Press Limited.
4. Arbués, A., Marcén, M. (2017). *Yo no quiero ser princesa*. Ed. Uno.
5. Bonilla, R. y Isern S. (2017). *El gran libro de los superpoderes*. Ed. Flamboyant.
6. Bucay, J. (2015). *El elefante encadenado*. Jorge Bucay, Ed. Océano Travesía.
7. Carrier, I. (2010). *El caso de Lorenzo*. Isabelle Carrier. Ed. Juventud.
8. Conangla, M. y Soler, J. (2017), *Cosquillas para el corazón*. Ed. Parramon.
9. De Dios, O. (2013). *El monstruo rosa*. Ed. Apila Asociación Cultural.
10. Emberley E. (1993). *Go away Big green monster*. Ed. Tim Warner.
11. Emberley E. y Miranda, A. (1997). *Glad monster, Sad monster*. Ed. Little Brown.
12. Escoffier, M, (2017). *A todos los monstruos les da miedo la oscuridad*. Ed. Kokinos.
13. Fernández Selva, N. (2014). *Desde dentro. Cuadernos de educación emocional y valores*. Ed. Salvatella.
14. Isern, S. (2016). *El emocionómetro del inspector Drilo*. Ed. Nubeocho ediciones.
15. Isern, S. (2017). *Esto no es una selva*. Susanna Isern. Ed. Flamboyant.
16. Isern, S. y Carbol, M. (2018). *Abecemociones*. Ed. Bruño.
17. Lee Curtis, J. y Cornell L. (2005). *Me gusta, nunca viene mal un poquito de autoestima*. Ed. Serres.
18. Llenas, A. (2016). *El monstruo de colores*. Ed. Flamboyant.
19. Mesonero, E. (2017), *El cuento de la cuerda*. Ed. Babidi-bu libros.
20. Nuñez, C. y Romero, R. (2013). *El emocionario*. Ed. Palabras aladas.
21. Organización de Mujeres de STES-i, (2013). *No son cifras, son vidas: propuestas didácticas para educación infantil, primaria, ESO, bachillerato y FPA*. Ed. Confederación Intersindical.
22. Parets, C. (2018). *Un puñado de botones*. Ed. CreateSpace Independent Publishing Platform.
23. Pavón, M. (2013). *Cocorina y el puchero mágico*. Ed. Cuento de luz.
24. Pérez-Sahuquillo, V y Sánchez, S. (2017). *Las gafas de sentir*. Ed. Beascoa.
25. Richardson, J. y Parnell, P. (2016). *Con Tango son tres*. Ed. Kalandraka
26. Sleger, L. (2012). *Las emociones de Nacho*. Ed. Edelvives.



*Educar la mente sin educar el corazón,
no es educación en absoluto.*

Aristóteles

Este trabajo, es una pequeña parte de las dinámicas, materiales y recursos proporcionados por los centros educativos de la provincia de Teruel y que han dado lugar al nacimiento de la página web, Teruel Convive: <http://wp.catedu.es/convivencia/>

Muchas gracias a todos por hacerlo posible.

Las imágenes utilizadas en esta publicación, provienen de los centros educativos o imágenes libres de derechos de diferentes páginas web.

<https://unsplash.com/>

<https://pixabay.com/es>

Todas las referencias contenidas en este documento para las que se utiliza la forma de masculino genérico, deben entenderse aplicables, indistintamente, a los hombres y mujeres.





