

# ACTUALIZACIÓN DEL PROGRAMA DE

## EDUCACIÓN EMOCIONAL:

### JUSTIFICACIÓN Y ACTIVIDADES



CEIP LA RIOJA

Curso escolar 2019/2020

## ÍNDICE

Introducción y justificación	1
Actividades de Educación Infantil	2
Período de adaptación de Educación Infantil	16
Actividades de primero y segundo de Educación Primaria	22
Actividades de tercero de Educación Primaria	82
Actividades de cuarto de Educación Primaria	101
Recursos de tercero y cuarto de Educación Primaria	120
Actividades de quinto de Educación Primaria	129
Actividades de sexto de Educación Primaria	131
Recursos de quinto y sexto de Educación Primaria	134

## **INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN**

En el CEIP La Rioja se estableció un Programa de Educación Emocional en el curso escolar 2012/13. Se ha ido observando que las circunstancias sociales han ido cambiando y evolucionando y se ha considerado necesaria la actualización de las actividades del programa, motivada por la realización del seminario “Los juegos educativos para la mejora la convivencia escolar”, del Centro Territorial de Innovación y Formación, en el que participa gran parte del claustro.

Nos encontramos con la necesidad de distribuir los contenidos de manera diferente, así como de introducir juegos nuevos, que nos aporten nuevas maneras de trabajar en las aulas y en los patios, ya que el trabajo en los diferentes espacios del centro, es importantísimo, porque estos lugares son potencialmente generadores de conflictos. El avance en las tecnologías y un uso no correcto acorde con las edades, así como la desorientación de las familias a la hora de pautar normas de utilización en las casas, ha abierto un dique por el que tanto los padres como los alumnos no saben navegar.

Por ello, con la renovación de este Proyecto a través del seminario, se pretende dar herramientas al profesorado para actuar tanto con las familias como con alumnos y alumnas. El juego, que tanto atrae al alumnado en las nuevas tecnologías, es una herramienta altamente motivadora. Por eso mismo, hay que mostrarles otro tipo de juegos o dinámicas, para que descubran un mundo nuevo, que además de proporcionarles placer, les facilite la capacidad de divertirse así como de conocer en otro ámbito a sus compañeros para que puedan resolver los conflictos con mayor facilidad.

## **ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN INFANTIL**

**“Educar nuestros sentimientos y controlar las emociones para hacer frente tanto al éxito como al fracaso”.**

Para que el niño y la niña puedan expresar lo que sienten es necesario que se encuentren en un ambiente cálido, acogedor y seguro. Por lo tanto para trabajar los sentimientos nuestra primera finalidad es crear un clima que favorezca la confianza y tranquilidad donde el alumno/a se sienta querido, valorado y respetado. Damos importancia a la calidad del recibimiento y la relación, a la preparación de las aulas y al respeto por las necesidades psicológicas y afectivas del niño. Todas las actuaciones que se han desarrollado a lo largo del proyecto están orientadas a conseguir al máximo su desarrollo como persona y como ser social. Partíamos de la idea que al trabajar sus habilidades emocionales les ayudaría a conseguir un mayor grado de bienestar, una mejor autoestima y por tanto estaríamos poniendo las bases para conseguir otros aprendizajes y éxito escolar.

El papel de las maestras es el de mediadoras del aprendizaje. Como tal, proporciona constantemente modelos de actuación que los niños imitan e interiorizan en sus conductas habituales.

Por otro lado buscamos establecer un intercambio continuo de información y colaboración entre familia-escuela que permita seguir líneas comunes de actuación.

Las estrategias se organizan en torno a cinco ejes: autoconcepto y autoestima, conciencia emocional, regulación emocional, habilidades socioemocionales, y habilidades de vida.

Uno de los principios de la educación infantil es la globalización, se busca el desarrollo global de las niñas y niños en todos sus ámbitos, y durante todo el tiempo. Por eso se entiende que el trabajo sobre el autoconcepto, la autoestima, los sentimientos y emociones, la socialización, las habilidades comunicativas y sociales..., están inmersas en todas las actividades diarias que se hacen en el aula y en todos los momentos de la jornada: en las rutinas, las actividades en pequeño y gran grupo, en los juegos libres y dirigidos, en las producciones plásticas y creativas, etc.

A continuación, se explican cada uno de estos ámbitos y se dan ideas de cómo trabajarlos, teniendo en cuenta que cualquier momento es idóneo para hacerlo.



### **Autoconcepto y autoestima**

El autoconcepto es la imagen que uno tiene de sí mismo tanto físicamente y como emocionalmente. Y este autoconcepto contribuye a la construcción de la autoestima que es la aceptación y estima de uno mismo. Debemos conocer nuestras capacidades pero también nuestras limitaciones aprendiendo a aceptarlas y valorarlas. Conocernos a nosotros mismos es el primer paso para querernos y valorarnos. Y una vez que sabemos qué cosas nos fortalecen y cuáles nos debilitan, podremos trabajar sobre nuestras debilidades para poder reforzarlas y minimizarlas.

- Asamblea: en la que cada uno diariamente y de forma libre y espontánea, cuenta lo que hace, cómo se siente, lo que le gusta y lo que no, etc. También es un momento de compartir en gran grupo los problemas que nos surgen, de resolver juntos los conflictos y de buscar soluciones entre todas/os.

- Protagonista del día: trae el desayuno (desayuno cooperativo) y ayuda en las rutinas de la asamblea.
- Trabajo por proyectos: favorece que cada niño/a aporte materiales e investigaciones (libros, información, imágenes...) a la clase y lo comparta con sus compañeras/os.
- Regalo de cumpleaños: corona, tarjeta y librito de dibujos y escritos de los compañeros/as. Cada uno le puede decir al cumpleañosero o cumpleañosera lo que más aprecia o le gusta de él o ella.
- Presentación de sus creaciones plásticas a los compañeros/as y valoración positiva de las mismas, destacando lo que mejor hace cada uno.
- Exposiciones colectivas de sus trabajos tanto en el aula como en el pabellón, ayudando al niño/a, a sentirse valorado y protagonista.
- Refuerzo verbal positivo por parte del adulto y de los compañeros/as.
- Ante la frustración en la tarea, propuesta de alternativas por parte del adulto que le lleven a explorar sus posibilidades y limitaciones.
- Respetar el ritmo de cada uno en las actividades diarias, valorando siempre el esfuerzo que hacen y su evolución.



### **Conciencia emocional**

La conciencia emocional consiste en identificar y reconocer nuestros sentimientos y emociones, primero en nosotros mismos y después en los de los demás. **Las emociones** están presentes en la vida de los niños desde que nacen y juegan un papel relevante en la construcción de su personalidad e interacción social. Desde la escuela

debemos ayudar a las niñas y niños a poner nombre a esas emociones que sienten y a canalizarlas de la mejor manera posible. Primero en ellos mismos y después en los demás, fomentando así la empatía: la capacidad de ver cómo se sienten los demás y entenderles.

Del mismo modo proponemos las siguientes actividades y momentos que trabajaremos de manera habitual en educación infantil.

- Identificar las diferentes emociones a través de cuentos. Dialogar sobre qué siente cada personaje y por qué se siente así.
- Láminas de las emociones, en las que podemos identificar diferentes emociones por los gestos de la cara, de las manos... e imaginar qué ha podido pasar para que se sienta así.
- Vivenciar las emociones y dramatizarlas, a través de canciones, cuentos, dramatizaciones...
- Expresarlas a través de distintos lenguajes: plástico, verbal, escrito, gestual...
- Valorar positivamente las producciones propias y ajenas, respetar las diferencias individuales cuidando las expresiones negativas.
- Mural de las emociones: cada uno diariamente y de forma libre, cuenta cómo se siente, y pone su foto o nombre en la emoción correspondiente en el mural.
- Trabajo del Fin de Semana, en el que de forma libre expresan de manera gráfica y escrita lo más relevante de lo vivido durante ese periodo.
- Juego simbólico: en el que los niños y niñas son capaces de adoptar un estado emocional diferente al suyo, de asignar un rol ficticio a un personaje y de compartir con otra persona ese rol. Los niños/as se toman a sí mismos como

puntos de referencia, y la capacidad de imaginación proyectiva les ayuda a ponerse en el lugar del otro.

- Juegos de dramatizar emociones y que los demás las adivinen.
- Identificar emociones en diferentes piezas musicales, obras pictóricas y otras obras de arte. Cada niño y niña puede expresar qué emociones le inspiran algunas músicas, cuadros, esculturas...
- Diálogo conjunto en el que cada niño y niña cuenta qué cosas le gusta hacer o le ayudan a gestionar cada emoción. Qué le gusta hacer cuándo se siente alegre o tranquilo, qué le ayuda a calmarse cuando está enfadado o triste, qué hace para relajarse cuando está intranquilo...
- Botes de las emociones: se pueden elaborar botes de colores, asociando cada color a una emoción, y tenerlos al alcance de los niños y niñas para que puedan usarlos cuando quieran para expresar cómo se sienten ellos o para dárselos a los compañeros y compañeras. Así van identificando emociones en sí mismos y también en los demás.
- Resolución de conflictos: podemos solucionar pequeños conflictos que surgen en el aula o en el patio expresando cada una de las partes implicadas cómo se sienten, lo que no les ha gustado, y proponer entre todos soluciones para poder solucionarlo de otra manera. Así trabajamos la empatía para poder ponernos en el lugar del otro.





## **Regulación emocional**

La regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Para facilitar esta regulación emocional en niñas y niños tan pequeños es muy importante, en primer lugar, crear un clima de afecto y confianza, en el que se sientan queridos y valorados, afianzando los lazos afectivos entre iguales y con adultos. En segundo lugar, asegurar un clima y entorno acogedor, decorando los espacios con elementos que les sean conocidos y significativos. También es fundamental, establecer rutinas, hábitos y normas que les den seguridad y referentes claros para facilitar la convivencia.

Podemos experimentar y sentir multitud de emociones, tanto agradables como menos agradables. No debemos renunciar a ninguna de ellas, pues forman parte de nuestras vidas y nos ayudan a conocernos más. Para gestionar estas emociones menos agradables podemos poner en práctica estrategias de regulación emocional como las siguientes.

- Rincón de la tranquilidad en cada clase.
- Botes de las emociones: tenerlos al alcance de los niños y niñas para que puedan usarlos cuando quieran para expresar cómo se sienten ellos o para dárselos a los compañeros y compañeras, y así y regulando la emoción.
- Mural de las emociones: cada uno diariamente y de forma libre, cuenta cómo se siente, y pone su foto o nombre en la emoción correspondiente en el mural.
- Expresar cómo me siento a través de técnicas plásticas: pintando, estrujando papel, rasgando...
- Expresar cómo me siento con gestos o dramatizaciones.

- Expresar cómo me siento siguiendo el siguiente proceso: verbalizar, dibujar, escribir.
- Escuchar música tranquila.
- Canciones que expresen diferentes emociones o sirvan para regular determinados comportamientos (ser amigos, el patio de mi cole es particular...).
- Fórmulas mágicas para que desaparezcan el enfado, tristeza...
- Dramatizar situaciones de conflicto y buscar juntos posibles formas de solucionarlo.
- Actividades de movimiento.
- Actividades de respiración y relajación.



### **Habilidades socioemocionales**

Las habilidades socioemocionales son un conjunto de competencias que facilitan las relaciones interpersonales. En estas relaciones se viven y experimentan emociones agradables y desagradables. Para favorecer un buen clima en todos los ámbitos sociales debemos desarrollar un conjunto de habilidades como la comunicación, el diálogo, el respeto, la cooperación, la colaboración, la empatía, la asertividad, la resolución de conflictos y el bienestar social.

Para desarrollar estas habilidades en los niños y niñas proponemos las siguientes estrategias.

- Utilizar fórmulas de cortesía: saludar y despedirse, pedir por favor y dar las gracias, pedir disculpas, etc.

- Pedir ayuda cada vez que necesiten algo.
- Ofrecer ayuda si vemos que alguien la necesita.
- Decir a los demás si algo no nos gusta, nos desagrada o no nos apetece hacer en ese momento.
- Decir a los demás lo que nos gusta de ellos y ellas, palabras bonitas.
- Mirar a los ojos a las personas cuando nos hablan.
- Escuchar a los demás y respetar el turno de palabra.
- Expresar nuestra opinión e intereses sin molestar ni ofender a los demás.
- Escuchar las opiniones, deseos e intereses de los demás sin sentirnos ofendidos.
- Respetar las opiniones y deseos de los demás aunque no sean iguales que las mías.
- Respetar las normas del aula.
- Resolver los conflictos a través del diálogo.
- Aceptar con normalidad y sin frustración cuando se pierde en un juego.

Todas estas estrategias las iremos trabajando a través de las diferentes actividades y en todos los momentos de la jornada.

- Periodo de adaptación: debe ser gradual y flexible, respetando el ritmo personal de cada niño y niña.
- Acogida a la hora de entrar al aula y despedida a la hora de irnos.
- Asamblea: expresando ideas y emociones, escuchando a los demás, respetando el turno de palabra...

- Trabajo por proyectos: entre todas y todos investigamos sobre un tema de interés común, y compartimos lo que sabemos valorando y respetando las aportaciones de cada uno.
- Asamblea de cierre: se repasa las actividades del día y se exponen trabajos, ideas, etc.
- Actividades en gran grupo: que favorecen el respeto a las propuestas de los demás, esperar el turno, pedir ayuda a otros...
- Juego por rincones: en los que se permiten, por un lado, tanto el juego libre como dirigido y, por otro lado, tanto el juego individual como en pequeño grupo. Cada tipo de juego desarrolla unas estrategias concretas.
- Aulas compartidas: nos ayuda a cuidar y respetar los espacios y materiales comunes y a compartirlos.
- Material cooperativo: todo los materiales son comunes y los cuidamos entre todos.
- Desayuno cooperativo: compartimos el desayuno entre todos y damos las gracias cada día a la compañera o compañero que lo trae.
- Cumpleaños: felicitamos al cumpleañosero o cumpleañosera, le damos un regalo hecho entre todas y todos (corona, tarjetas, libro de dibujos) y le decimos cosas bonitas.
- Hermanamiento entre clases: compartimos tiempo, actividades y experiencias con compañeros más mayores de otra clase.
- Actividades internivel: nos mezclamos niños y niñas de diferentes edades respetando diferentes capacidades, ritmos y habilidades.

- Actividades generales del cole: participar y disfrutar en salidas, fiestas, celebraciones....



## **Habilidades de vida**

Las habilidades de vida son las competencias que necesita una persona para enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria.

Se trata de ofrecer recursos que ayuden a organizar una vida sana y equilibrada, y habilidades útiles para la vida dentro y fuera de la escuela. Experimentar bienestar con las cosas que hacemos diariamente.

- Rutinas de entrada: fomentamos la autonomía para quitarse el abrigo y colgarlo en la percha, saludar al entrar.
- Trabajo por proyectos: aprendemos cosas sobre aspectos de la vida, del entorno...
- Elección de rincones de juego: tomamos decisiones.
- Juego por rincones: en cada rincón se desarrollan unas habilidades distintas y necesarias para la vida: habilidades creativas, lógicas, simbólicas, manipulativas...
- Material cooperativo: organizamos y recogemos el material entre todas y todos.
- Hábitos de higiene y salud: ir solos al baño, lavarnos, ponernos el baby...
- Desayuno cooperativo: hábitos de alimentación saludables.
- Trabajo cooperativo: todas y todos cooperamos para un fin común.
- Resolución pacífica de los conflictos a través del diálogo y de la mediación entre iguales.

- Respeto por las diferentes capacidades y habilidades de cada uno, valorando las fortalezas de los demás.
- Patio: donde podemos observar los cambios que se producen en el entorno con los cambios de estación, fomentamos el juego libre entre niños y niñas de diferentes edades, etc.

## **LISTADO DE CUENTOS PARA TRABAJAR LAS DIFERENTES EMOCIONES**



### **Todas las emociones**

- El monstruo de colores. Ed. Flamboyant
- Monstruo triste, monstruo feliz. Ed. Emberley
- Así es mi corazón. Ed. Cubilete



### **Alegría**

- Mis pequeñas alegrías. Ed. Cubilete
- Hoy estoy... alegre. Ed. Beascoa
- Cuando estoy contento. Ed. SM



### **Tristeza**

- La cebra Camila. Ed. Kalandraka
- Lágrimas bajo la cama. Cuento autoeditado.
- Hoy estoy... triste. Ed. Beascoa
- Cuando estoy triste. Ed. SM



## **Enfado**

- ¡Otra vez!. Ed. Picarona
- Vaya rabieta. Ed. Corimbo
- ¡NO!. Ed. Cubilete
- La cola de dragón. Ed. Salvatella
- Cuando estoy enfadado. Ed. SM
- Hoy estoy... enfadado. Ed. Beascoa



## **Miedo**

- ¡Fuera de aquí, horrible monstruo verde!. Ed. Emberley
- Una pesadilla en mi armario. Ed. Kalandraka
- Donde viven los monstruos. Ed. Kalandraka
- Hay un cocodrilo debajo de mi cama. Ed. Corimbo
- Camuñas. OQO editora
- Mis pequeños miedos. Ed. Cubilete
- Corre corre, calabaza. Ed. OQO
- Cocorico. Ed. OQO
- El abrigo de Pupa. Ed. Thulé
- ¡A la cama , monstruos! Ed. Corimbo
- El koala que pudo. Ed. Edelvives
- Vamos a cazar un oso. Ed. Ekaré
- Los miedos del capitán Cacurcias. Ed. NubeOcho
- Monstruosa sorpresa. Ed. Cubilete

- Ojobrusco. Ed. OQO



## **Calma**

- Respira. Ed. Fragmenta
- Feliz (Mindfulness). Ed. Cubilete



## **Amistad/amor**

- Adivina cuánto te quiero. Ed. Kókinos
- El pez Arcoiris. Ed. Beascoa
- La ovejita que vino a cenar. Ed. Beascoa
- Nadarín. Ed. Kalandraka (o empatía)
- ¿Quieres ser mi amigo? Ed. Kókinos
- El viaje de las mariposas. Ed. OQO



## **Celos**

- Todos sois mis favoritos. Ed. Kókinos
- Helio con hache. Ed. Takatuka
- Hermanos. Ed. Miau
- Gato rojo, gato azul. Ed. Lata de sal
- Laura tiene un hermanito. Ed. Edelvives



- Cuando estoy celoso. Ed. SM
- Un amor de hermanita. Ed. Kókinos



### **Cuentos para trabajar la empatía:**

- El cazo de Lorenzo. Editorial juventud
- Orejas de mariposa. Ed. Kalandraka
- Por cuatro esquinitas de nada. Editorial juventud
- Elmer. Ed. Beascoa
- Monstruo rosa. Apila asociación cultural
- Las jirafas no pueden bailar. Ed. Bruño
- Rosa Caramelo. Ed. Kalandraka



### **Cuentos para trabajar la resolución de conflictos:**

- Un poco de mal humor. Editorial Juventud
- Dos monstruos. Ed. Anaya
- El club de los valientes. Ed. SM
- Nuna sabe leer la mente. Ed. Bira Biro
- Un puñado de besos. Ed. Anaya

## **PERÍODO DE ADAPTACIÓN**

### **INFORMACIÓN A LAS FAMILIAS DE ALUMNOS/AS DE NUEVO INGRESO**

#### **BIENVENIDOS AL COLEGIO**

Ir al colegio es un gran paso en la vida de su hijo/a. Por ello es muy importante que preste atención a esta nota.

Consideramos que todos nosotros/as, padres, madres y educadores/as, tenemos una enorme responsabilidad. Por eso, les invitamos a trabajar junto con nosotros en beneficio del niño/a. Esta relación durará, al menos, mientras su hijo/a permanezca en este colegio.

En este documento enumeramos una serie de sugerencias cuya finalidad consiste en preparar a su hijo/a para cuando se incorpore al colegio. Son las siguientes:

- Es conveniente que no se hagan amenazas con el colegio, haciéndoles pensar que “cuando vaya al cole” todo cambiará y que no tendrá más remedio que obedecer.
- Es necesario prepararles en casa con una buena mentalización, en el sentido de no “idealizar” el colegio como lugar donde todo va a ser “maravilloso”, ya que la realidad para el niño/a será que se separa del hogar y, normalmente, al principio esto le produce un poco de inseguridad.
- No exigirles excesiva responsabilidad, solamente procurar que adquieran en casa unos hábitos mínimos de autonomía:
  - ✓ Ir al servicio (comenzar a limpiarse solo, lavarse las manos...). Si alguno todavía tiene pañal, el verano es el momento ideal de quitarlo.
  - ✓ Beber agua solos en una taza o vaso.
  - ✓ Iniciarles en la recogida de los juguetes.
  - ✓ Quitar el chupete.

- Por último preparar con cariño, todos juntos en familia, aquellos materiales que hay que traer al colegio el primer día de colegio y que dejará en clase. (Listado de material en hoja aparte).

Para facilitar su autonomía y comodidad, os recomendamos que la ropa sea cómoda, tipo chándal, evitando los botones y cinturones. El calzado de velcro.

Por favor, preguntad cualquier duda que surja.

Un saludo,

El equipo de Educación Infantil.

## **INFORMACIÓN Y DOCUMENTOS INCLUIDOS EN EL SOBRE**

El día de matriculación del alumno/a en el centro se entrega a las familias un sobre con la siguiente documentación:

- Entrevista familia
- Ficha del alumno con autorización salidas y fotos
- Autorización de recogida
- Hoja de bienvenida
- Listado de material

Dicha documentación tienen que traerla rellena en la primera reunión de junio. Posteriormente, en el mes de septiembre, se realizará la asignación de grupos de incorporación a la escuela en el período de adaptación.

Es muy importante acudir a ambas citas ya que se tratan temas fundamentales del período de adaptación de vuestros hijos/as.

**REUNIÓN DE JUNIO:** FINALES DE JUNIO. En esta reunión se tratan temas generales de la organización del Período de Adaptación. **(DEBÉIS TRAER EN EL SOBRE LA DOCUMENTACIÓN RELLENA)**

**ASIGNACIÓN DE GRUPOS EN SEPTIEMBRE:** PRIMEROS DÍAS DE SEPTIEMBRE. En esta reunión se explica cómo se va a llevar a cabo el período de adaptación: grupos, horarios, puerta de entrada y salida...

## **GRUPOS Y HORARIOS DEL PERÍODO DE ADAPTACIÓN**



Curso 20\_\_ / \_\_

## **INFORMACIÓN A LOS PADRES Y MADRES DE LOS NIÑOS/AS DE 3 AÑOS**

### **PERIODO DE ADAPTACIÓN**

Los alumnos/as de cada aula serán distribuidos/as en 4 grupos para incorporarse progresivamente durante el periodo de adaptación.

**DISTRIBUCIÓN DE GRUPOS 3 AÑOS (se entrega un impreso a cada familia con los grupos correspondientes a su aula: A o B)**

<b>GRUPO 1</b>

<b>GRUPO 2</b>

<b>GRUPO 3</b>

<b>GRUPO 4</b>

## HORARIO

Cada alumno está asignado a un grupo y tendrá que venir en el horario que le corresponde según lo siguiente:

<b>DÍA 1 (Acompañados por un familiar en el aula)</b> (Durante este tiempo visitaremos las clases y el patio de recreo. Aprovecharemos para elegir percha donde poner el abrigo, vaso, babi, etc., que vendrán marcados con el nombre. Tendrán así la oportunidad de conocer a su maestra y a sus compañeros).
<b>GRUPO 1: de 9:15 hasta las 10 horas</b>
<b>GRUPO 2: de 10:15 hasta las 11 horas</b>
<b>GRUPO 3: de 11:15 hasta las 12 horas</b>
<b>GRUPO 4: de 12:15 hasta las 13 horas</b>

<b>DÍA 2</b>
<b>GRUPO 1: de 9 horas hasta las 9:45 horas</b>
<b>GRUPO 2: de 10 hasta las 10:45 horas</b>
<b>GRUPO 3: de 11 hasta las 11:45 horas</b>
<b>GRUPO 4: de 12 hasta las 12:45 horas</b>

<b>DÍA 3</b>
<b>GRUPO 1 y GRUPO 2: de 9 horas hasta las 10:30 horas</b>
<b>GRUPO 3 y GRUPO 4: de 11:30 hasta las 13 horas</b>

<b>DÍA 4</b>
<b>GRUPO 1 y GRUPO 2: de 9 horas hasta las 10:30 horas</b>
<b>GRUPO 3 y GRUPO 4: de 11:30 hasta las 13 horas</b>

<b>DÍA 5</b>
<b>Todos los grupos (GRUPOS 1, 2, 3 y 4) vendrán de 9 horas hasta las 11:30 horas.</b>

A partir del **SEXTO DÍA** asistirán **TODOS LOS NIÑOS Y NIÑAS EN HORARIO DE 9 A 13 HORAS** como el resto de los alumnos/as del centro. **En Octubre el horario será de 9 a 14 horas.**

## **Y os recordamos...**

- Las familias **dejarán** a los niños en la puerta de entrada de 3 años y los recogerán en la clase.
- **La despedida** deberá hacerse lo más natural posible, iniciándola cuando se quede tranquilo/a o tenga la atención que necesita por parte de las maestras.
- **Durante** el tiempo que permanezcan los niños/as en el colegio no deben venir a verles a través de las verjas.
- **La ropa** será cómoda para facilitar la autonomía. Evitar petos, vaqueros, cinturones, bodys. Las zapatillas y zapatos con velcro.
- **Tienen** que traer: una bolsa de tela con el vaso y el babi (botones grandes) y otra bolsa con una muda completa. **TODO MARCADO CON SU NOMBRE.**
- **El comedor** se iniciará para estos niños en Octubre.

## **LISTADO MATERIAL**

- 3 FOTOS TAMAÑO CARNET
- BABI CON PUÑOS ELÁSTICOS Y BOTONES GRANDES Y CINTA PARA COLGAR
- VASO O TAZA DE PLÁSTICO
- BOLSA DE TELA (para llevar y traer el vaso y el babi)
- BOLSA CON ROPA DE CAMBIO: ropa interior, calcetines, pantalón, camiseta, sudadera, zapatillas de velcro.

**TODO ELLO IRÁ MARCADO CON SU NOMBRE EN MAYÚSCULAS Y EN UN LUGAR VISIBLE**

Gracias por vuestra colaboración.

## **ACTIVIDADES DE PRIMERO Y SEGUNDO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

### **JUEGOS PARA AUMENTAR LA COHESIÓN DEL GRUPO**

<b>ESTOY SENTAD@ Y AMO MUY EN SECRETO A...</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de aprender los nombres de tod@s.
OBJETIVOS	Aprender los nombres de forma lúdica.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 6 años.
MATERIALES	Una silla más que participantes haya.
DESARROLLO	Nos sentamos en círculo, dejando una silla vacía. La persona que está a la izquierda de la silla vacía dice: “estoy sentado” y ocupa rápidamente la silla; la siguiente persona dice: “y amo”, ocupando la silla vacía anterior; la persona siguiente dice: “muy en secreto” y realizada la misma acción; la siguiente persona dice: “a.. (ej.Pablo)” y ocupa la silla que quedó vacía. La persona nombrada correrá a ocupar la silla que dejó quien nombró. Las dos personas que están a derecha e izquierda de la persona nombrada intentarán sujetar a esa persona para que no se vaya. Sigue el juego con quien esté a la izquierda de la silla vacía.
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo y cómo se han sentido.

### **ME PICA AQUÍ**



DEFINICIÓN	Se trata de conseguir aprender los nombres de todo el grupo.
OBJETIVOS	Aprender los nombres.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 6 años.
DESARROLLO	Todo el grupo en círculo. La primera persona dice: “Me llamo... y me pica (rascándose alguna parte del cuerpo, por ejemplo la cabeza)”. La segunda persona dice: “Se llama... y le pica (rascándose) y yo me llamo... y me pica (rascándose)”. Y así sucesivamente hasta completar el círculo.
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo y cómo se han sentido.
NOTAS	Según el tamaño del grupo se pueden repetir los nombres de todas las personas o sólo de las 3 últimas.

<b>OLA DE NOMBRES</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de aprender todos los nombres de forma dinámica.
OBJETIVOS	Aprender los nombres de forma dinámica.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 6 años.
DESARROLLO	Nos colocamos en círculo. Una persona se levanta y dice su nombre: “Soy...” Luego presenta a las cuatro personas que tiene a su izquierda empezando por la que esté más lejos. Según va presentado, las personas nombradas se levantan y sientan rápidamente, dando el efecto de una ola. Luego, la persona de su derecha continúa el juego.
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo.
NOTAS	En función de la edad y el número de participantes se pueden presentar a más o menos personas.

<b>EL TREN DE LOS NOMBRES</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de acabar con todas las personas unidas formando un tren.
<b>OBJETIVOS</b>	Aprender los nombres de forma dinámica e integradora, en el grupo.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo clase a partir de los 6 años.
<b>DESARROLLO</b>	Nos colocamos en círculo. Una persona hace de locomotora y traquetea y resopla por el círculo, hasta para delante de una persona y, si sabe su nombre, lo dice en alto mientras simultáneamente pita y salta haciendo movimientos de semáforo con sus brazos. La locomotora se da la vuelta y engancha al nuevo vagón. Juntos traquetean de nuevo hasta detenerse delante de otras dos personas. Enganchan nuevos vagones y así sucesivamente vamos convirtiendo a todas las personas en vagones.
<b>EVALUACIÓN</b>	Se valorará el funcionamiento del grupo y cómo se han sentido.

## JUEGOS DE CONOCIMIENTO

<b>ESCOGE 3</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de un juego de presentación que permite situarse como persona individual en un grupo.
OBJETIVOS	Permitir a cada persona presentarse a otra, y luego participar en el grupo, negociando su participación en uno cada vez mayor. Introducir el consenso.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 9 años.
MATERIALES	Carteles, posters, reproducciones de cuadros... dispuestos de forma visible.
DESARROLLO	Cada persona elegirá tres imágenes y explicará a otra persona su elección y viceversa. De entre las 6 imágenes escogerán 3 y cada pareja encontrará a otra pareja y le explicará porqué ha elegido esos carteles. Entre los 4 escogerán de nuevo tres imágenes. El juego termina cuando el conjunto del grupo ha escogido tres únicas imágenes.
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo y las estrategias usadas para llegar a acuerdos.

<b>PATIO DE VECINOS</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de profundizar en el conocimiento de las personas que forman el grupo.
<b>OBJETIVOS</b>	Conocer datos básicos o cualidades de las personas del grupo.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo clase a partir de los 9 años.
<b>DESARROLLO</b>	Se forman dos círculos concéntricos de forma que uno quede mirando hacia el otro. Las personas del círculo exterior explican a sus respectivas parejas algunas características suyas durante unos minutos. Después las personas del círculo interior hablan sobre ellas mismas. A la señal acordada el círculo exterior gira hacia la derecha y el círculo interior permanece quieto. Se forman nuevas parejas y se repite el juego.
<b>EVALUACIÓN</b>	Se valorará el funcionamiento del grupo y si han descubierto algo que no sabían sobre sus compañeros y compañeras.

## JUEGOS DE DISTENSIÓN

<b>LA GRAN SERPIENTE</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de que el grupo llegue a formar una serpiente.
<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer la coordinación y el sentimiento de grupo.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo numeroso, a partir de 6 años.
<b>DESARROLLO</b>	Se empieza por parejas. Las parejas se tumbarán en el suelo, boca abajo, asiéndose a los tobillos de las personas de delante. Así se forma una serpiente de 2, que deberá ir reptando por el suelo. Cuando haya conseguido la suficiente coordinación, las serpientes se irán uniendo de 2 en 2, formando grupos de 4 y así sucesivamente hasta formar todo el grupo una gran serpiente. En cada fase tratan de dar la vuelta a toda la serpiente, sin que ésta se rompa. También puede subir "montañas o pasar agujeros, o enroscarse para dormir, o cualquier otra cosa que se les ocurra.
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.
<b>LA FAMILIA IDEAL</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de completar lo antes posible todas las familias.
<b>OBJETIVOS</b>	Fomentar la cooperación para que todas las personas encuentren a su familia. Favorecer la distensión y el sentimiento de grupo.

<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo-clase, a partir de 7-8 años.
<b>MATERIALES</b>	Papeles con los nombres de las familias.
<b>DESARROLLO</b>	Tenemos una lista de apellidos que suenan muy parecido: Suárez, Pérez, Peláez,... escritos en papeles distintos. Los papeles se reparten entre los jugadores/as. A una señal pueden mirar cada uno/a su papel y a gritos intentarán buscar al resto de su familia. Las familias una vez completas, se pueden sentar.
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.

### **LOS CANGREJOS**

<b>DEFINICIÓN</b>	Dos grupos de participantes intentan llegar a un punto determinado caminando hacia atrás, mientras tratan de impedirselo sus contrarios
<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer la distensión/expansión y la toma de contacto físico en el grupo.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo clase a partir de los 6 años.
<b>DESARROLLO</b>	Los grupos se sitúan de espaldas uno a otro, correspondiéndose los participantes. Entre las filas, y dentro de cada una entre las/los participantes, habrá una distancia de 50 centímetros. A la señal del animador/a, tratarán de llegar a la pared contraria intentando impedir el paso al equipo contrario. El juego terminará cuando todas las parejas hayan acabado de jugar.
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.

<b>CESTA DE FRUTAS</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Consiste en encontrar siempre una silla para sentarse
<b>OBJETIVOS</b>	Fomentar la distensión y favorecer la rapidez de reflejos.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo clase a partir de 5 años.
<b>MATERIAL</b>	Tantas sillas como participantes, menos una.
<b>DESARROLLO</b>	Los/as participantes se sitúan sentados cada uno/a en una silla en círculo menos una/o que queda en el centro. Los jugadores/as estarán repartidos en grupos de frutas (manzanas, ciruelas,...). La persona del centro gritará dos clases de frutas y éstas tendrán que cambiar de sitio intentando ocupar el del centro una de las sillas que ha quedado libre. Quien queda sin silla repetirá la operación. También se puede gritar: ¡FRUTAS! y entonces todos deben cambiar de sitio.
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.

<b>EL DRAGÓN</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Consiste en que cada cabeza de dragón intente coger las colas de los demás, hasta ir formando un gran dragón.
<b>OBJETIVOS</b>	Crear un clima relajado y de distensión. Favorecer la coordinación y comunicación en cada grupo.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo numeroso, a partir de 6-7 años.
<b>MATERIAL</b>	Pañuelos que hagan de cola.
<b>DESARROLLO</b>	Se divide al grupo en subgrupos de 6-7 personas. Cada subgrupo se coloca en fila enlazándose por la cintura. la

	<p>primera persona hará de cabeza del dragón y la última de cola, llevando el pañuelo colgado en la cintura. la cabeza intentará coger las colas de los demás dragones. Y la cola ayudada por todo el grupo, intentará no ser cogida. Cuando una cola es cogida (se consigue el pañuelo) el dragón a la que pertenece se unirá al que lo ha cogido, formándose así un dragón más largo. El juego terminará cuando todo el grupo forma un único dragón.</p>
<b>EVALUACIÓN</b>	<p>Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.</p>

<b>BAILE POR PAREJAS</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	<p>Consiste en relacionarse con el mayor número de personas posible, mediante un baile en el que hay sucesivos cambios de pareja.</p>
<b>OBJETIVOS</b>	<p>Lograr una relación entre todas las personas del grupo, en una atmósfera festiva. Favorecer el contacto personal.</p>
<b>PARTICIPANTES</b>	<p>Grupo clase, a partir de 5 años.</p>
<b>DESARROLLO</b>	<p>Todas las personas participantes se reparten por parejas y se unen por la espalda. si hay un número impar, la que no tiene pareja canta. Mientras, todas las demás se mueven alrededor de la habitación con las espaldas en contacto. Cuando el canto cesa, Cada persona busca una nueva pareja y la persona libre busca también la suya. la persona que queda desparejada ahora, es la que comienza de nuevo con el canto.</p>



EVALUACIÓN	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.
<b>PALOMITAS PEGADIZAS</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de ir formando entre todos una bola gigante de palomitas.
OBJETIVOS	Favorecer la coordinación de movimientos, el sentimiento de grupo y pasar un rato agradable.
PARTICIPANTES	Grupo numeroso, a partir de 7 años.
DESARROLLO	Somos palomitas de maíz, en una sartén, que saltan sin parar con los brazos pegados al cuerpo. todas van saltando por la habitación, pero si en el salto se “pegan”, deben seguir saltando juntas, agarrándose de las manos. De esta forma se van creando grupos de palomitas saltadoras, hasta que todo el grupo es una gran bola.
EVALUACIÓN	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.

<b>LA TORMENTA</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de conseguir imitar el efecto sonoro de una tormenta, mediante gestos y movimientos.
<b>OBJETIVOS</b>	Pasar un rato agradable, distender y preparar al grupo para una actividad.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo -clase, a partir de 7 años.
<b>DESARROLLO</b>	Alguien hace de director de orquesta de la tormenta, colocándose en el centro del círculo. Señala a una persona y frota las manos. Esta le imita, y el director va dando la vuelta al círculo hasta que todas estén frotándose las manos. Empieza de nuevo con la primera persona, indicándola que debe chiscar los dedos (mientras las demás siguen frotándose las manos). Da toda la vuelta otra vez, hasta que todas hayan dejado de frotarse las manos y estén chiscando los dedos. A continuación indica, una por una, que den palmadas en los muslos, y en la siguiente vuelta que den palmadas en los muslos y al mismo tiempo pisoteen el suelo (el cénit de la tormenta). Después se baja la intensidad de la tormenta, dando los mismos pasos en sentido contrario.
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.
<b>ELEFANTES Y PALMERAS</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de representar aquello que va indicando el animador/a
<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer la distensión, la concentración y la rapidez de reflejos.

PARTICIPANTES	Grupo- clase, a partir de 7 años.
DESARROLLO	Todos/as en círculo. Una persona en el centro señala a alguien del círculo diciendo: “elefante” o “palmera”. Para hacer un elefante, la persona señalada se inclina un poco hacia delante agarrándose con una mano la nariz e introduciendo la otra por el espacio que ha dejado entre ella y el cuerpo. las personas situadas a su izquierda y derecha, forman las orejas, haciendo una semiesfera con los brazos a ambos lados del elefante. Para hacer la palmera, la persona señalada estira los brazos, formando el tronco de la palmera, mientras que las de cada lado los levantan igualmente pero hacia el lado en que están situados, con las manos caídas para hacer las hojas. quien se equivoque o tarde mucho se cambia con el animador/a. para hacerlo más dinámico (en grupos numerosos), puede haber varias animadores/as.
EVALUACIÓN	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.

<b>TOCA AZUL</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de que todo el mundo toque lo que propone una persona.
OBJETIVOS	Favorecer la distensión en el grupo y prepararlo para otras actividades.
PARTICIPANTES	Grupo, clase, a partir de 6 años.
DESARROLLO	Una persona anuncia “tocar azul” (u otro color u objeto). Los participantes deben tocar algo que lleve otra persona

	del color anunciado, o la zona o el objeto nombrados. hay muchas posibilidades (p. ej.: tocar una rodilla con el pulgar izquierdo,...).
EVALUACIÓN	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.
<b>ESTO ES UN ABRAZO</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de pasar dos mensajes en diferentes direcciones alrededor del círculo.
OBJETIVOS	Favorecer la distensión y la concentración en el grupo.
PARTICIPANTES	Grupo, clase, a partir de 6 años.
DESARROLLO	<p>Todas las personas sentadas en círculo. La que comienza (A) dice a su derecha (B) “esto es un abrazo” y le da uno. B pregunta “¿un qué?” y A le responde: “un abrazo” y se lo vuelve a dar. Luego B dice a C (el de su derecha): “esto es un abrazo” y se lo da. C pregunta a B: “¿un qué?” y B le pregunta a A: “¿un qué?”. A contesta a B: “un abrazo” y le da uno. B se vuelve a C y le dice: “un abrazo”, y se lo da. Así sucesivamente. La pregunta “¿un qué?”, siempre vuelve a A, quien envía de nuevo los abrazos. Simultáneamente A manda por su izquierda otro mensaje y gesto: “esto es un beso” y se lo da, siguiendo la misma dinámica.</p> <p>el mensaje y el gesto a pasar pueden modificarse (apretón de manos,...) según las características del grupo.</p>
EVALUACIÓN	Valorar los efectos de la distensión en el grupo.

<b>REGAZOS MUSICALES</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de quedar sentados/as, cada cual en el regazo de quien tiene detrás.
<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer la cooperación y pasar un rato agradable..
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase, a partir de 7 años.
<b>MATERIAL</b>	Aparato de música o instrumento musical
<b>DESARROLLO</b>	Todas las personas de pie, forman un círculo mirando en la misma dirección, muy juntas y con las manos en la cintura de la que se tiene delante. Cuando empieza la música, comienzan a andar. Al parar, intentan sentarse en el regazo (sobre las rodillas) de la persona que tienen detrás. Si el grupo entero consigue sentarse sin que nadie se caiga, el grupo gana. Si alguien cae será la gravedad la que gane.
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.
<b>ZUM</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de hacer avanzar un coche alrededor del círculo de participantes.
<b>OBJETIVOS</b>	Hacer reír, distender al grupo y estimular reflejos.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase, a partir de 7 años.

<b>DESARROLLO</b>	Quien comienza pronuncia el sonido “ZUM”, volviendo la cabeza hacia un lado. La persona que se encuentra a ese lado pasa el “ZUM” a su vecino llevando la cabeza hacia él y así sucesivamente. El coche, que va siempre en la misma dirección, después de alguna vuelta, puede pararse y cambiar de sentido haciendo “IIK”, interrumpiendo el movimiento de cabeza y volviendo al punto de partida, para relanzar el coche en sentido contrario. Cada persona puede hacer “IIK” una sola vez, para asegurar la participación de todos.
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar y constatar los efectos de la distensión en el grupo.

<b>LA CAJA MÁGICA</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de ir sacando diversas cosas de una caja, de forma imaginaria
<b>OBJETIVOS</b>	Estimular la imaginación y la capacidad gestual
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase, a partir de 3 años.
<b>DESARROLLO</b>	Las personas participantes se ponen en cuclillas y se tapan la cabeza con las manos, metiendo la cara entre las piernas. El animador/a dice: “se abre la caja y de ella salen...(p.ej...Motos)”. Todos los participantes se incorporan e imitan el objeto mencionado. cuando se dice: “se cierra la caja”, todos vuelven a la posición inicial.

	<p>Se vuelve a abrir la caja y ahora salen: perros, mariposas,...</p> <p>Se puede ir dejando que otros participantes “abran la caja” y saquen lo que ellas quieran.</p>
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar los efectos de la distensión en el grupo.
<b>PIES QUIETOS</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de conseguir “dar” a otra persona que está inmóvil, con una pelota, desde la posición en que se encuentra.
<b>OBJETIVOS</b>	Lograr la precisión al lanzar la pelota. Pasar un rato agradable
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase, a partir de 7 años.
<b>MATERIAL</b>	Una pelota
<b>DESARROLLO</b>	<p>Los participantes se pasan la pelota unos a otros y al que se le caiga tiene que recogerla y decir: “pies quietos”. Mientras va a coger la pelota, las demás salen corriendo hasta que diga esta frase. Una vez cogida la pelota, da tres pasos grandes y lanza la pelota a quien quiera. Para evitar ser dado, se pueden hacer movimientos con todo el cuerpo menos con los pies. A quien le de la pelota seguirá jugando con la mano puesta en el lugar donde le dio la pelota.</p> <p>Una variante posible consiste en: todos los participantes se aglutinan dentro de un círculo trazado. Alguien del grupo lanza la pelota al aire y todas echan a correr menos la persona nombrada al lanzar la pelota, que deberá recogerla. Cuando la coja, gritará “pies quietos” y todas los demás deberán quedar inmóviles; quien ha recogido la pelota la lanza hacia alguien con el fin de tocarle; si lo logra, este será ahora el que reinicie el juego, si no, continua quien estaba.</p>

<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar los efectos de la distensión en el grupo.
-------------------	---

<b>EL CAZADOR Y LA PRESA</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Una persona trata de coger a otra, que es ayudada por las parejas del grupo.
<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer la distensión en el grupo, con una dinámica muy cambiante.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase, a partir de 8 años.
<b>DESARROLLO</b>	Todos forman parejas tomadas de la mano, menos una pareja que queda suelta. De esta, una será "cazador" y otra "presa". La primera tiene que intentar coger a la segunda. Si lo logra se cambian los papeles, pero si la "presa" "coge la mano de alguna compañera/o, ésta, suelta a su pareja, la cual se convierte ahora en "cazador", pasando a ser, quien lo era hasta ahora, "presa".
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar los efectos de la distensión en el grupo.



## JUEGOS DE AFIRMACIÓN

<b>LAS GAFAS</b>	
DEFINICIÓN	Consiste en ver la realidad a través de distintos prismas.
OBJETIVOS	Comprender el punto de vista de otras personas.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 8 años.
MATERIALES	Monturas de gafas viejass o gafas hechas con limpiapipas o cartulina.
DESARROLLO	Se proponen diferentes sentimientos y situaciones. Ej. "Estas son las gafas de la desconfianza. Cuando llevo estas gafas soy muy desconfiad@. ¿Quiere alguien ponérselas y decir qué ve a través de ellas? ¿Qué piensa de nosotr@s?"
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo y las diferentes respuestas y situaciones vividas.

<b>ABRAZOS MUSICALES</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de saltar al compás de una música, abrazándose a un número progresivamente mayor de compañer@s, hasta llegar a un abrazo final.
<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer el sentimiento de grupo, desde una acogida positiva a todas las personas.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo clase a partir de los 3 años.
<b>MATERIALES</b>	Música.
<b>DESARROLLO</b>	Suena la música y danzamos por la habitación. Cuando la música se detiene cada persona abraza a la que tiene más cerca. La música continúa y volvemos a bailar. El siguiente abrazo será de 3 personas. Sucesivamente el abrazo se irá haciendo más grande.
<b>EVALUACIÓN</b>	Dejar expresar a cada persona cómo se siente y cómo ha vivido el juego.

<b>AFECTO NO VERBAL</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de expresar sentimientos positivos.
<b>OBJETIVOS</b>	Estimular el sentimiento de aceptación en grupo mediante expresión no-verbal.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo clase a partir de los 3 años.
<b>MATERIALES</b>	Algo para vendar los ojos.
<b>DESARROLLO</b>	Se juega en silencio. Una persona con los ojos tapados se sitúa en el centro y los demás hacen un círculo a su alrededor. Una persona del círculo levanta la mano y se acerca a la persona del centro expresando sentimientos positivos de forma no verbal de la manera que desee (ej. Un beso, un abrazo, una caricia...). Por turnos van saliendo al centro hasta que todos hayan participado.
<b>EVALUACIÓN</b>	Esta experiencia de afecto es inusual e importante. La evaluación es necesaria para dejar expresar a cada persona cómo se ha sentido recibiendo y expresando afecto.
<b>NOTAS</b>	Se puede hacer a la inversa, dando al conjunto del grupo todas las piezas, y a cada participante un fragmento de las indicaciones de la figura a realizar. Deberán intentar reconstruir la figura intercambiándose las informaciones parciales.

<b>ESCULTURAS</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de ir formando esculturas con el cuerpo por parejas.
<b>OBJETIVOS</b>	Colaborar para conseguir una expresión creativa. Favorecer la toma de conciencia del cuerpo.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo clase a partir de los 6 años.
<b>DESARROLLO</b>	El juego se hace en silencio. Se juega por parejas. Una persona hace de escultor/a y otra de modelo. El escultor/a mueve los brazos, las piernas, el cuerpo... de la otra persona para formar una escultura. La comunicación es en todo momento no-verbal. Una vez realizada la escultura, se intercambian papeles.
<b>EVALUACIÓN</b>	En grupo expresamos cómo nos hemos sentido, cómo ha sido la comunicación, qué intentábamos hacer...
<b>AMIG@ DESCONOCID@</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de elegir un amigo o amiga secreta, observando sus cualidades y valores.
<b>OBJETIVOS</b>	Conocer las cualidades y valores de los demás. Aumentar la confianza en el grupo.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo clase a partir de los 9 años.
<b>MATERIALES</b>	Papel y lápiz.
<b>DESARROLLO</b>	Cada persona elige un amigo o amiga secreta entre los compañer@s que menos frecuenta. No revela el nombre a nadie ni siquiera a la persona interesada. Durante un tiempo determinado cada persona va a estar atento a las cualidades y valores de esta persona secreta, apuntando las situaciones que le han ayudado a conocerle. Una vez

	terminado el tiempo, cada uno escribirá una carta a su persona secreta destacado lo positivo. Se hace un buzón y cada uno se lleva su carta.
EVALUACIÓN	Se reflexiona con el grupo sobre qué han descubierto sobre los demás y si han aprendido algo nuevo de alguien.
NOTAR	Para favorecer que todos tengan una carta podemos repartir los nombres de manera predeterminada.

## JUEGOS DE CONFIANZA

### EL LAZARILLO

<b>EL LAZARILLO</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de guiar a un compañero/a que está con los ojos vendados.
OBJETIVOS	Lograr una confianza suficiente para que se pueda dar la colaboración.
PARTICIPANTES	Grupo, clase,... A partir de los 6 años.
MATERIALES	Pañuelos o vendas para tapar los ojos.
CONSIGNAS	Silencio durante todo el ejercicio.  El paseo no es una carrera de obstáculos para el ciego,

	<p>sino una ocasión de experiencias.</p> <p>Seamos imaginativos, por ejemplo ponerle en presencia de sonidos diferentes, dejarlo solo un rato, hacerle reconocer objetos durante el trayecto...</p>
<b>ELEFANTES</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	<p>Consiste en que todo el grupo llegue a la meta después de atravesar un camino de obstáculos que no ven.</p> <p>(esta modalidad hay que hacerla con cuidado).</p>
<b>OBJETIVOS</b>	Aumentar la confianza. Crear un clima de distensión.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase, ...A partir de los 6 años.
<b>MATERIALES</b>	Algún objeto con que hacer ruido. Pañuelos para tapar los ojos.
<b>CONSIGNAS</b>	Quien haga de guía permanecerá en silencio. El grupo no puede ver nada.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Se escoge a alguien que haga de guía para la manada de elefantes. Todas/os salvo este se vendan los ojos y se dan la mano, formando una gran cadena. El/la guía hará señales con algún instrumento u objeto, que habrán sido acordadas previamente por todo el grupo. Se dan a conocer entonces las reglas del juego: El/la guía debe dirigir a la manada hasta una meta que estará señalada, por un recorrido preparado previamente por el animador/a y que solo le dará a conocer a él/ella. La manada entera deberá llegar a la meta. La manada será llevada por diferentes obstáculos (pasos estrechos, bajo mesas...). De tiempo en tiempo, alguien de fuera del grupo intentará</p>

	romper la cadena.
--	-------------------

<b>LA CINTA TRANSPORTADORA</b>	
--------------------------------	--

DEFINICIÓN	Una persona tumbada de espaldas es llevada por una cinta transportadora (el grupo).
OBJETIVOS	Desarrollar la confianza en el grupo. Lograr una buena cooperación y coordinación de movimientos.
PARTICIPANTES	Grupo, clase,... A partir de los 12 años.
CONSIGNAS	El juego se hace en silencio. La persona transportada tiene que estar bien estirada para facilitar el trabajo en grupo.
DESARROLLO	<p>Las personas participantes se tumban en el suelo, boca arriba, a tresbolillo, de forma que los hombros queden a la misma altura. Estiran los brazos hacia arriba con las manos abiertas.</p> <p>La persona que va a pasar por la “cinta transportadora” se coloca en un extremo, se sienta suavemente y luego se tumba sobre las manos de los demás.</p>

<b>PÍO-PÍO</b>	
----------------	--

DEFINICIÓN	Se trata de conseguir unir firmemente a todo el grupo buscando a mamá o papá gallina.
------------	---

<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer la distensión y sentimiento de confianza y unión al grupo.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase,... A partir de los 7 años.
<b>CONSIGNAS</b>	Todos con los ojos cerrados van diciendo pío-pío salvo la mamá o papá gallina.
<b>DESARROLLO</b>	El animador/a murmura a una persona: "tú eres papá o mamá gallina" Todas empiezan a mezclarse con los ojos cerrados. Cada una busca la mano de las otras, la aprieta y pregunta "¿pío-pío?". Si la otra persona también pregunta "¿pío-pío?", se sueltan de la mano y siguen buscando y preguntando, excepto papá o mamá gallina que se mantiene siempre en silencio. Cuando una persona no es contestada sabe que le ha encontrado y queda cogida de la mano guardando silencio. Siempre que alguien encuentra el silencio como respuesta, entra a formar parte del grupo. Así hasta estar todas juntas.
<b>NOTAS</b>	Si se hace en campo abierto, delimitar el terreno para que los/as participantes puedan andar sin tropezarse, con confianza.

<b>ZAMBULLIRSE HACIA DELANTE</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de lanzarse sobre los brazos de las compañeras/os.
<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer la confianza en el grupo, sentirse sostenido por él, y estimular la cooperación y coordinación de movimientos.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase,... A partir de los 6 años.



<b>CONSIGNAS</b>	Los/as participantes se sitúan en dos filas, una frente a otra, agarrándose por los antebrazos (o bien colocándolos extendidos con las palmas de las manos hacia arriba, de manera que entre ellas halla al menos una de alguna persona de la fila enfrente). Silencio absoluto. Quien se lanza, ha de hacerlo con los brazos hacia adelante. Atención a gafas, relojes y otros objetos en manos y muñecas.
<b>DESARROLLO</b>	Un voluntario/a situado/a a una docena de metros del grupo, toma impulso y se “zambulle” cayendo encima de los antebrazos de las parejas de las filas. El grupo debe entonces hacer avanzar al voluntario/a haciéndole saltar de brazo en brazo. El animador/a se situará al final de la fila para coger en forma conveniente al voluntario/a. Este/a se sitúa al final de la fila y se comienza de nuevo.
<b>EVALUACIÓN</b>	Preguntar a cada persona cómo se ha sentido, qué ha experimentado...
<b>NOTAS</b>	Cuidar la forma en que se coloca el grupo para recibir al voluntario.

<b>EL MURO</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Las personas participantes se sitúan ante un gran muro u otro obstáculo que pueda dar miedo, y han de correr hacia él con los ojos tapados.
<b>OBJETIVOS</b>	Estimular la confianza en sí mismo/a y en el grupo. Favorecer la confianza en otros sentidos que el de la vista, especialmente en el área espacio-tiempo.

<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase,... A partir de los 13 años.
<b>MATERIALES</b>	Algo para tapar los ojos.
<b>CONSIGNAS</b>	Mantener el mayor silencio posible.
<b>DESARROLLO</b>	Las personas participantes se sitúan unos dos metros por delante del obstáculo, formando una fila y un poco separadas unas de otras (de forma que se cubra todo el espacio). La persona voluntaria es conducida a una cierta distancia del grupo situado ante el obstáculo (a unos 50 metros aproximadamente). Se le tapan los ojos y ha de correr lo más rápido posible (sin exagerar) en dirección al obstáculo. El grupo tiene que atrapar a esta persona antes de que se dé contra él.
<b>EVALUACIÓN</b>	Preguntar cómo se ha vivido la experiencia, nada más haber sido atrapada: cómo se ha sentido el espacio a recorrer, el suelo, el grupo...
<b>NOTAS</b>	Es importante practicar un poco la forma de atrapar a las personas voluntarias, sin hacerles daño y con seguridad, antes de realizar el juego.  Hacerlo solo con un grupo en el que ya se haya trabajado la confianza.

<b>PESCAR CON LAS MANOS</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Consiste en ir, con los ojos cerrados, al encuentro de otros/as, con las manos.
<b>OBJETIVOS</b>	Hacer tomar conciencia de la importancia de los otros/as, percibir el grupo, el sentimiento de soledad. Favorecer la comunicación por otros canales que el visual o el oral, y sin los prejuicios de saber de antemano con quien se

	está comunicando uno/a.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase,... A partir de los 8 años.
<b>CONSIGNAS</b>	Disponer de un espacio libre suficientemente amplio. Ojos tapados y silencio. Precisar que se da un tiempo bastante largo y quedar dos personas atentas a lo que pueda ocurrir.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Cada persona anda por la sala con los ojos cerrados y en silencio. Cuando encuentra la mano de otra, se coge de ella y caminan juntas hasta encontrar a una tercera. El que le encuentra se suelta de la otra y se agarra a esta última. Se van formando así parejas que se separan después de un tiempo. Algunas pueden andar solas durante todo o una parte del juego. Intentan comunicar algo.</p> <p>Los/as marchadores-emisores, deben avanzar en dirección recta evitando las colisiones con los otros/as (para ello basta con tener buen oído).</p> <p>Al cabo de cierto tiempo el animador/a detiene el juego, para que todos los/as participantes puedan hacer el papel de marchadores-emisores.</p>
<b>EVALUACIÓN</b>	Cómo se han sentido, dificultades para saber por dónde ir...

## **JUEGOS DE COMUNICACIÓN**

<b>TOMAR Y RECIBIR</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de recibir objetos de diferente manera.
<b>OBJETIVOS</b>	Reflexionar sobre diferentes formas de aceptar y recibir.

<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase,... A partir de los 11 o 12 años.
<b>MATERIALES</b>	Distintos objetos.
<b>DESARROLLO</b>	Hace que os ofrezcan un objeto cualquiera y cuando os lo tiendan cogedlo bruscamente. Repetir la experiencia y esta vez esperando que la otra persona os deje el objeto. Se experimenta esta experiencia en grupos de dos, insistiendo en la observación de los sentimientos vividos.
<b>EVALUACIÓN</b>	Se describirán los sentimientos vividos por quien ofrece las dos experiencias. Hacer describir, después, otras situaciones vividas y variadas en actitud de “coger” y en actitud de “aceptar.

<b>A LA ESCUCHA</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Consiste en intentar repetir lo que un compañero/a dice, lo más fielmente posible.
<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer una actitud de escucha y comprensión.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase,... A partir de los 11 o 12 años.
<b>DESARROLLO</b>	Proponer a la clase un tema del estilo “ A favor o en contra de..” o “qué piensas de...”. Divididos los/as participantes en grupos de dos, preferentemente no afines. Cada participante, de cada grupo, tiene 10 minutos para devolver de la manera más fiel posible las ideas de su compañero/a. Después los papeles se invierten.
<b>EVALUACIÓN</b>	Tratará sobre los sentimientos tenidos al escuchar al otro/a. Sobre la fidelidad de lo explicado después. La ayuda que ha supuesto para la comprensión mutua. Aplicaciones a la vida diaria.

NOTAS	Se puede añadir algún observador por grupo. Se puede volver a hacer el juego con otro tema. En grupos de 4.

<b>LAS ÓPTICAS DIFERENTES (Cubo de Necker)</b>	
DEFINICIÓN	Experimentar los diferentes puntos de vista.
OBJETIVOS	Comprobar que para todo hay distintos puntos de vista que son válidos.
PARTICIPANTES	Grupo, clase,... A partir de los 11 o 12 años.
MATERIALES	Papel, bolígrafo y regla.
DESARROLLO	<p>Cada cual dibujo en una hoja de papel un cubo. Después lo mira atentamente durante un minuto con los ojos fijos en el centro. La mayoría tendrá la percepción de que el cubo cambia de orientación varias veces por minuto, según que uno u otro sea la cara anterior. Posibilidades: comparar las reacciones individuales de los/as participantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cerrando un ojo.</li> <li>- Con otro dibujo en 3 dimensiones.</li> </ul>
EVALUACIÓN	Observar que nuestro ojo no funciona como una cámara, sino como un sistema de búsqueda y tratamiento activo de información que <b>CONSTRUYE Y RECONSTRUYE</b> la realidad. ¿De qué manera vemos cada uno/a las cosas; como uno sabe que son o como quiere que sean o como piensa que son. Hablar sobre la objetividad.

<b>CONVERSANDO CON LOS PIES</b>	
DEFINICIÓN	Comunicarse mediante el contacto con los pies.
OBJETIVOS	Favorecer la toma de contacto físico y la comunicación entre los/as participantes de una forma divertida e inusual.
PARTICIPANTES	Grupo, clase,... A partir de los 4 o 5 años.
CONSIGNAS	El juego se hace con los ojos cerrados y en silencio.
DESARROLLO	Las personas participantes se sitúan de dos en dos sentados en el suelo una frente a otra, tocándose los pies descalzos de ambos. Durante un tiempo dado tratarán de comunicarse o entablar una relación a través de los pies.
EVALUACIÓN	Dejar expresar primero en la pareja y luego en el grupo, las emociones, sentimientos y descubrimientos que ha proporcionado en el grupo.

<b>ESCUCHA ACTIVA</b>	
DEFINICIÓN	Consiste en repetir la frase dicha por la compañera/o sin variar su significado.
OBJETIVOS	Fomentar la escucha y comprensión del compañero/a.
PARTICIPANTES	Grupo, clase,... A partir de los 12 o 13 años.

DESARROLLO	<p>Se divide a los/as participantes en grupos de 3 (A,B,C). Dos de cada grupo de 3 (A y B) escogen un tema y tratan de llevar una conversación observando las siguientes reglas: A, comienza una frase; B, debe repetir la frase dicha por A, de forma que el sentido no se altere en absoluto. A, deberá confirmar con un “de acuerdo” o “correcto” si B, ha recogido bien el sentido. Es entonces cuando B, puede responder a la frase de A.</p> <p>En el caso de que una frase no se repita conservando todo el sentido, A o B deberán rechazarla con un “incorrecto” o “no”. Entonces deberán repetir de nuevo la frase.</p> <p>En el caso de que la repetición siga sin concordar con el enunciado inicial, este deberá ser repetido por quien corresponda (A o B). El jugador/a C hará de observador/a y participará en la evaluación.</p>
EVALUACIÓN	<p>C presentará lo que ha observado durante el juego, en cuanto a la actitud de escucha (no se le permitirá hacer valoraciones de ello).</p> <p>Las otras dos personas podrán comentar cómo se han sentido y qué dificultades han encontrado.</p>
NOTAS	<p>Se podrá realizar también como una narración de una a otra, en cuyo caso, al cabo de un rato cambian los papeles (evaluar el papel de escucha).</p>

<b>EL ZOO</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de cada cual encuentre a su pareja mediante la emisión de un sonido.
OBJETIVOS	Lograr la cooperación entre la pareja para poderse encontrar cuanto antes. Favorecer la sensibilidad y

	escucha.
PARTICIPANTES	Grupo, clase,... A partir de los 6 años.
MATERIALES	Papeles con nombres de animales (dos por animal)
<b>EL TELEGRAMA</b>	
DEFINICIÓN	Consiste en transmitir un mensaje por todo el grupo a través de las manos. encuentre a su pareja utilizando como único medio la emisión del sonido de su animal.
OBJETIVOS	- Favorecer la expresión de sentimientos a través del tacto y su vivencia por todo el grupo. - <del>... para encontrar a su pareja, etc.</del>
PARTICIPANTES	Grupo, clase... a partir de los 8 o 9 años.
	Con las/os más pequeños hay que procurar no hacerlo <u>por parejas sino por grupos de animales para hacerlo</u>
DESARROLLO	Los/as participantes se colocan en círculo, cogidos por las manos y con los ojos cerrados. Una persona pasa un mensaje a su compañera mediante su mano (por ejemplo: dos apretones-pausa-un apretón, etc.), expresándole un sentimiento. El mensaje ha de recorrer todo el grupo, hasta que llega a la persona que se encuentra al lado de la que ha comenzado. Después de que el mensaje ha recorrido todo el círculo, la última persona lo describe verbalmente. Así sucesivamente, con nuevos participantes y mensajes.
EVALUACIÓN	Puede hacerse valorando lo que se ha querido expresar, lo que el grupo ha ido transmitiendo y la expresión verbal de la última persona. A partir de ahí se puede suscitar un diálogo sobre el valor de la comunicación no-verbal en general y en el grupo.
NOTAS	A medida que el juego se va realizando unas cuantas veces, la transmisión y la riqueza de sensaciones, así como el sentimiento del grupo es mayor. Procurar estimular una actitud cooperativa entre los/as



	participantes.
--	----------------

<b>MASAJE DE ESPALDA</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de crear a los demás un sentimiento placentero.
<b>OBJETIVOS</b>	Lograr un contacto y descubrimiento corporal, aprendiendo a comunicarse a través del cuerpo.
<b>PARTICIPANTES</b>	Grupo, clase... a partir de los 6 años.
<b>CONSIGNAS</b>	El juego se hace en silencio.
<b>DESARROLLO</b>	<p>Todos los/as participantes se emparejarán. Uno se pone a gatas con la cabeza relajada. La otra persona a su lado de rodillas. La que está de rodilla coloca sus manos suavemente sobre la espalda del compañero/a. Se comienza a dar propuestas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Andar con las manos sobre la espalda como un animal pesado.</li> <li>- Rápido como un ratón, solo con la punta de los dedos.</li> <li>- Como un caballo a galope.</li> <li>- Como una enorme serpiente.</li> <li>- Como un torpe ganso, ...</li> </ul> <p>(Aseguraros de que a la otra persona le es grato, por ejemplo, asintiendo con la cabeza, estando relajada...)</p>
<b>EVALUACIÓN</b>	Por parejas. Las personas participantes comunicarán sus sentimientos. Si han sentido placer tanto al recibir como al dar el masaje, qué dificultades han encontrado...

<b>ESPEJOS</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de imitar lo mejor posible los gestos y movimientos de la persona que está enfrente.
OBJETIVOS	Desarrollar la concentración y la comunicación no-verbal. Preparación para un juego de rol, teatro, etc.
PARTICIPANTES	Grupo, clase... a partir de los 7 años.
CONSIGNAS	Las participantes se sitúan en dos filas distantes entre sí 2-3 metros, una frente a otra. Evitar la risa y guardar silencio. Hacer hincapié en la lentitud y sincronía (comunicación, no "más difícil todavía").
DESARROLLO	Las participantes de una fila comienzan haciendo una serie de gestos que son copiados, como en un espejo, simultáneamente por sus parejas de la otra fila. El animador/a da la señal de comienzo y de fin. Al terminar, las participantes permanecen un rato en su sitio observándose. Luego cambian los papeles.
EVALUACIÓN	¿Cómo lo han vivido? Dificultades encontradas.
<b>FILA DE CUMPLEAÑOS</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de, comunicándose sin palabras, hacer una fila ordenada.
OBJETIVOS	Aumentar la concentración, la escucha y atención y otras formas de comunicación no verbal.
PARTICIPANTES	Grupo, clase... a partir de los 7 años.
CONSIGNAS	El juego se hace en silencio.

DESARROLLO	Las/os participantes tienen que hacer una fila según el día y mes de su cumpleaños, de enero a diciembre. Tendrán que buscar la manera de entenderse sin palabras. No importa tanto el hecho de que salga bien la fila, como el trabajar juntos y comunicarse.
EVALUACIÓN	¿Qué problemas han surgido? ¿Qué elementos han favorecido la comunicación? Se puede tratar el tema de los diferentes canales de comunicación y cómo facilitan o dificultan la misma.

## JUEGOS DE COOPERACIÓN

PUZZLE COLECTIVO	
DEFINICIÓN	Se trata de reconstruir una figura entre tod@s.
OBJETIVOS	Colaborar en una tarea común.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 6 años.
MATERIALES	Tangrams.
DESARROLLO	Repartimos a los participantes en grupos de 9 (el tangram tiene 9 piezas). Si hay alguna pieza más, añadir observador@s. Cada participante recibe una pieza del puzzle. El grupo recibe la figura a realizar pero sin esquema de realización. Cada grupo debe intentar reconstruir la figura, pero hay una regla estricta: cada persona solo puede tocar su pieza.
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo así como la forma utilizada.
NOTAS	Se puede hacer a la inversa, dando al conjunto del grupo todas las piezas, y a cada participante un fragmento de las indicaciones de la figura a realizar. Deberán intentar reconstruir la figura intercambiándose las informaciones

	parciales.
--	------------

<b>PINTURA ALTERNATIVA</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de realizar una pintura por parejas.
OBJETIVOS	Cooperar y comunicarse para conseguir un trabajo creativo.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 4 años.
MATERIALES	Papel, colores, pinceles...

<b>LA TORTUGA GIGANTE</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de conseguir la colaboración de tod@s para lograr una que una “tortuga” se mueva sin perder su caparazón.
OBJETIVOS	Coordinar movimientos, desarrollar la psicomotricidad y la atención al otro.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de 6 años.
MATERIALES	Cartulinas, telas o trozos de papel continuo.
DESARROLLO	Se organizan grupos de 6 o 7 personas. Se colocan a cuatro patas bajo un gran “caparazón”, e intentan hacer mover a la tortuga en una dirección sin perder su “caparazón”.
EVALUACIÓN	Cómo se han sentido, a quién han ayudado, etc. Se puede resaltar la idea de ser parte importante de un todo, en oposición a los valores de competitividad e individualidad.

<b>AROS MUSICALES COOPERATIVOS</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de llegar a reunir el mayor número posible de personas en un solo aro.
OBJETIVOS	Introducir la idea de cooperación en el grupo mediante un juego lúdico y divertido.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de 3 años.
MATERIALES	Aros y música.
DESARROLLO	Suena la música y bailamos alrededor de los aros. Cuando la música para todo el mundo tiene que estar dentro de un aro. A medida que avanza el juego se van retirando aros y hay que buscar nuevas estrategias para que nadie se quede fuera.
EVALUACIÓN	Reflexionar con el grupo sobre las nuevas soluciones que han ido apareciendo.
NOTAS	Variante sillas musicales
<b>TRES EN COLABORACIÓN</b>	
DEFINICIÓN	Se juega con una pelota que va de una persona a otra en sucesivos grupos de tres, recorriendo centro, interior y exterior.
OBJETIVOS	Lograr la coordinación y cooperación necesaria para que la pelota no caiga al suelo.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de 8 años.
MATERIALES	Una pelota de tamaño mediano.
DESARROLLO	Todas las personas, menos una que se sitúa en el centro, forman dos círculos concéntricos que miran hacia el centro. La persona del centro lanza la pelota a cualquier persona del círculo interior e inmediatamente

	corre a colocarse detrás de cualquier persona del círculo exterior. La persona del círculo exterior tendrá que correr hacia el centro. Mientras tanto quien recibió la pelota del círculo interior la pasa al compañer@ del círculo exterior que está justo a sus espaldas y ésta última persona la lanzará de nuevo a la persona del centro.
EVALUACIÓN	Reflexionar con el grupo sobre la importancia de la atención individual para el funcionamiento y el logro del grupo.

<b>EL BURRO</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de hacer llegar a un “burro”, lo más rápido posible, a un punto elegido.
OBJETIVOS	Colaborar en una tarea común.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 8 años.
MATERIALES	Acordar un recorrido, una salida y una meta.
DESARROLLO	Cada grupo tiene “un burro”. A los burros se les indica que sólo pueden avanzar ante las buenas palabras. El grupo no puede tocar al burro. Su misión es descubrir cómo hacer que el burro avance y llegue a la meta lo antes posible.
EVALUACIÓN	Los burros expresan cómo se han sentido. Se valora en gran grupo los diferentes tipos de relación que se han establecido y las actitudes de cooperación y competición que hayan aparecido.

<b>ZAPATOS VIAJEROS</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de que cada participante se quite un zapato que colocará en un montón del que luego recogerá otro al azar, devolviéndoselo a quien corresponda.
OBJETIVOS	Potenciar la imaginación y la cooperación.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 3 años.
MATERIALES	Zapatos.
DESARROLLO	Cada participante se quita un zapato y lo coloca en un montón. Después cogen cada uno un zapato al azar. A la vez que lo sujetan, se dan las manos formando un círculo. También pueden entrelazar los brazos. Se localiza a la persona a quien pertenece el zapato y tod@s los participantes intercambian sus zapatos sin romper el círculo. Cuando todos tienen sus zapatos se puede recomenzar el juego si se quiere.

<b>SÍLABAS MUSICALES</b>	
DEFINICIÓN	Consiste en que una persona adivine la palabra a través de las sílabas que sus compañer@s cantan al unísono.
OBJETIVOS	Motivar la creación de un espacio cooperativo dentro del juego.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 8 años.
DESARROLLO	Nos sentamos en círculo. Una persona sale de la habitación. El resto del grupo elige una palabra con tres o más sílabas (ej. Pe-lo-ta). Se hacen tres grupos, cada uno elige una sílaba y todos juntos deciden qué melodía

	le van a poner (ej. La de “tengo una muñeca vestida de azul”). La persona que había salido fuera vuelve a la habitación e intenta diferenciar las sílabas e identificar la palabra mientras todos cantan al unísono.
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo.

<b>NÚMEROS, FORMAS Y LETRAS</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de reconstruir una figura entre tod@s usando el cuerpo.
OBJETIVOS	Estimular la imaginación y ejercitar la cooperación.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 6 años.
MATERIALES	Imaginación.
DESARROLLO	Acordamos qué letra, número o forma queremos construir y en grupos de 4 o 5 personas pensamos la manera de lograrlo.
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo y las estrategias utilizadas.
NOTAS	Se puede jugar de dos formas: con comunicación verbal o no verbal.

<b>SALTAMONTES</b>	
DEFINICIÓN	Consiste en sostener una manta haciendo saltar o girar una pelota sobre ella.
OBJETIVOS	Colaborar en una tarea común.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 5 años.



MATERIALES	Una manta, sábana o paracaídas. Una pelota o globo.
DESARROLLO	Nos colocamos alrededor de una manta e intentamos hacer saltar una pelota sobre ella (saltamontes). También se puede jugar a hacer girar la pelota por los bordes o hacer un agujero en la manta del tamaño de la pelota y tratar de encestar.
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo así como las estrategias utilizadas.
NOTAS	Se puede utilizar el juego con una música de ritmos variables que marque el movimiento con que se efectúe.

<b>LOS NUDOS</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de cooperar para desenredar un círculo enmarañado.
OBJETIVOS	Estimular la cooperación en el grupo, teniendo en cuenta a todas las personas.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 6 años.
MATERIALES	Imaginación.
DESARROLLO	Todas las personas participantes, en círculo y con los ojos cerrados, avanzan despacio hacia el centro con los brazos arriba. A la señal acordada se dan las manos. Cuando están cogidas abren los ojos e intentan deshacer los nudos sin soltarse de las manos.
EVALUACIÓN	Valorar las actitudes de cooperación en el grupo y las estrategias seguidas para desenredar el nudo.
NOTAS	Se puede hacer con los ojos abiertos desde un principio indicando que no pueden dar la mano a la persona que justo tienen al lado.

## JUEGOS DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

<b>TARJETAS DESCRIPTIVAS</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de describir situaciones de conflicto y relacionarlas entre sí.
OBJETIVOS	Estimular la capacidad de descripción y análisis de situaciones conflictivas.
PARTICIPANTES	Grupo clase (si es muy grande en grupos pequeños).
MATERIALES	Tarjetas o fotos donde se plasman diferentes situaciones conflictivas.
DESARROLLO	Describir lo más completamente posible cada imagen. Establecer el debate hasta que hablen todos/as.  Extender la serie completa de tarjetas o imágenes y buscar relaciones. Dejar que se establezca el debate.  Luego cada persona explica sus conclusiones, sus interrogantes y sus nuevos descubrimientos.
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo y cómo se han sentido.

<b>RESIDENTES Y EXTRANJEROS</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de conocer las realidades de carácter nacional, con los sentimientos que ello implica.

OBJETIVOS	Romper los prejuicios con respecto a las personas de otras nacionalidades.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 11-12 años.
MATERIAL	Papel, bolígrafo, grabadora
DESARROLLO	Los/as participantes realizan una encuesta a los residentes de diversas nacionalidades que tendrán que contestar a estas dos preguntas:  ¿Qué es un extranjero/a? ¿Qué es un...?(según la nacionalidad mayoritaria en el grupo)  Después se analizará la encuesta y se compararán las respuestas obtenidas.
EVALUACIÓN	Se valorarán las ideas que tenemos sobre los extranjeros y viceversa.

<b>JUEGO DE LOS TRIÁNGULOS</b>	
DEFINICIÓN	Consiste en llegar a una síntesis a partir de dos situaciones de conflicto opuestas (tesis y antítesis). La síntesis es una posición original, aunque contenga elementos de las dos posturas de base.
OBJETIVOS	Aprender a valorar las situaciones de conflicto y establecer posibilidades nuevas de resolución.
PARTICIPANTES	Grupo clase, si es muy grande trabajar en pequeños grupos.
DESARROLLO	Se hace describir al grupo una situación, se intenta resumir en una o dos palabras la situación

	<p>(p.ej..”dependencia”, “atropello”...).</p> <p>Los/as participantes buscan situaciones similares que hayan vivido, describiéndolas y apuntándose en la pizarra en columnas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Los sentimientos vividos</li> <li>2. Las consecuencias de la actitud tomada.</li> </ol> <p>Hacer lo mismo con otra situación, antítesis de la posición precedente. Debatir en el grupo esta doble columna de elementos e intentar buscar una tercera clase de soluciones (p.ej.: “autonomía”, “ser uno mismo”), a partir de las vivencias de la gente.</p>
EVALUACIÓN	Se valorará el funcionamiento del grupo y cómo se han sentido.
NOTAS	Especialmente a partir de 10-11 años

<b>EL GATO Y EL RATÓN</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de interiorizar el cuento e ir viviéndolo a medida que se va leyendo.
OBJETIVOS	Reflexionar sobre las relaciones de superioridad-sumisión. Definir los elementos que ha de tener una relación para que sea equilibrada.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 6 años.
DESARROLLO	<p>Narración del siguiente texto:</p> <p>“Cerrad los ojos e imaginad que salís de esta sala y camináis por una acera muy larga. Llegáis ante una vieja casa abandonada. Ya estáis en el camino que conduce a ella. Subís las escaleras de la puerta de entrada. empujáis la puerta, que se abre chirriando y recorréis con</p>

la mirada el interior de una habitación oscura y vacía.

De repente sois invadidas por una extraña sensación. vuestro cuerpo empieza a temblar y a tiritar y sentís que os vais haciendo cada vez más pequeñas. De momento no llegáis nada más que a la altura del marco de la ventana. Continuáis disminuyendo hasta el punto que el techo os parece que está ahora muy lejano, muy alto. Ya solo sois del tamaño de un libro y continuáis empequeñeciendo.

Notáis ahora que cambiáis de forma. vuestra nariz se alarga cada vez más y vuestro cuerpo se llena de pelo. en este momento estáis a cuatro patas y comprendéis que os habéis transformado en ratón.

Mirad a vuestro alrededor, desde vuestra situación de ratón. Estáis sentados en un extremo de la habitación. Después veis moverse a la puerta ligeramente.

Entra un gato. Se sienta y mira a su alrededor muy lentamente, con aire indiferente. Se levanta y avanza tranquilamente por la habitación. os quedáis inmóviles, petrificadas. Oís latir vuestro corazón; vuestra respiración se vuelve entrecortada. Miráis al gato.

Acaba de veros y se dirige hacia vosotras. Se aproxima lentamente, muy lentamente. Después se para delante de vosotras, se agacha. ¿Qué sentís? ¿qué podéis hacer? ¿en este preciso instante qué alternativas tenéis? ¿qué podéis hacer?. (UN LARGO SILENCIO)

Justo en el momento en que el gato se dispone a lanzarse sobre vosotras, su cuerpo y el vuestro empiezan a temblar. Sentís que os transformáis de nuevo. Esta vez crecéis. El gato parece hacerse más pequeño y cambia de forma. Ahora tiene la misma estatura que vosotras...ahora es más pequeñito.

el gato se transforma en ratón y vosotras os convertís en gato. ¿Cómo os sentís ahora que sois más grandes? Y ahora que no estáis acorraladas ¿qué os parece el ratón?, ¿sabéis qué siente el ratón?, y vosotras ¿qué sentís ahora?. Decidid lo que váis a hacer y hacedlo...

(UN LARGO SILENCIO)

	<p>¿Cómo os sentís ahora?</p> <p>Todo vuelve a empezar. La metamorfosis. Crecéis más y más. Ya casi habéis recuperado vuestra estatura y ahora os convertís en vosotros/as mismos. Salís de la casa abandonada volvéis a esta sala. Abrís los ojos y miráis a vuestro alrededor.</p>
EVALUACIÓN	Se reflexionará sobre qué es lo que ocurre en las relaciones cuando una persona se encuentra en situación de superioridad.
NOTAS	Leer lentamente, pero con animación y marcar largas pausas entre sección y otra.

<b>FOTOS CONFLICTIVAS</b>	
DEFINICIÓN	Consiste en buscar soluciones a una situación de conflicto planteada.
OBJETIVOS	Tomar conciencia de cómo diferentes personas, viven de forma distinta una situación conflictiva. Imaginar formas creativas de solucionar el conflicto.
PARTICIPANTES	Grupo clase a partir de los 12 años, en grupos de 3-5
MATERIALES	Una o varias fotos de situaciones de conflicto.
DESARROLLO	Se divide el grupo en subgrupos de 3 a 5 participantes. En un lugar visible se sitúa la foto de la situación conflictiva. Cada grupo debatirá durante un tiempo y luego representará, ante el resto, las posibles soluciones que darían las personas retratadas en la foto de conflicto en cuestión. Luego expondrán al grupo de forma razonada su decisión. Cada grupo puede centrarse en

	una de las personas que participan en el conflicto.
EVALUACIÓN	Contrastar las diferentes situaciones representadas por cada grupo con la realidad dialogando sobre las más convenientes.
<b>CADENA DE TRANSMISIÓN</b>	
DEFINICIÓN	Se trata de ir contando una situación, por ej. un conflicto, en una cadena de transmisión oral.
OBJETIVOS	Desarrollar la capacidad de escucha y síntesis. suscitar el debate sobre los problemas de comunicación.
PARTICIPANTES	Grupo de 8 a 20 participantes, a partir de 8-9 años..
DESARROLLO	<p>Varias personas participantes quedan fuera del grupo en otra habitación. Un miembro del grupo narra a las otras un conflicto, a poder ser con muchos detalles y no muy corto. Es mejor que esté escrito en un papel.</p> <p>Una de las que ha escuchado llama a alguna de las que están fuera y le cuenta el conflicto; una vez terminado, está a su vez llama a otra y hace lo mismo. Así sucesivamente hasta que todas las que estaban fuera entren en la habitación. al final se comparará el conflicto original con lo que haya resultado después.</p>
EVALUACIÓN	Cada participante podrá expresar las dificultades que haya tenido en la transmisión y se pueden plantear analogías con la vida cotidiana.

<b>EL DEDO EN EL BOTÓN</b>	
<b>DEFINICIÓN</b>	Se trata de un juego de simulación sobre dilemas de defensa y su repercusión en la paz mundial.
<b>OBJETIVOS</b>	Favorecer la toma de conciencia de los participantes de los elementos que toman parte en las decisiones de Estado en los temas de defensa y como repercuten en la paz mundial.
<b>PARTICIPANTES</b>	Para 7 o más jugadores/as, a partir de los 12 años.
<b>MATERIALES</b>	13 Cartulinas con los diferentes roles, dilemas de defensa, noticias, puntuaciones e instrucciones.
<b>DESARROLLO</b>	Ante diversos sucesos-clave de la política internacional, un equipo de personas, el comité del Gabinete de Defensa (compuesto por Primer/a ministro/a, Jefe/a Mayor de Defensa, el/la Ministro de Hacienda, Secretario de Defensa, el/la Ministro de Interior y el/la Ministro de Asuntos Exteriores), ha de tomar diversas decisiones claves para evitar, o provocar la III Guerra Mundial. Las diversas decisiones hacen subir o bajar, el termómetro de la tensión mundial, siendo el punto 100 el estallido de la guerra. las tardanzas en ponerse de acuerdo, originan subidas en el termómetro y cualquier decisión, en caso de no lograrse el consenso, ha de tomarse en votación por mayoría simple, a propuesta del Primer/a ministro/a, el cual tiene voto especial de empate.
<b>EVALUACIÓN</b>	Valorar cómo se ha sentido cada uno, problemas para mantenerse en su papel, similitudes con la vida real...



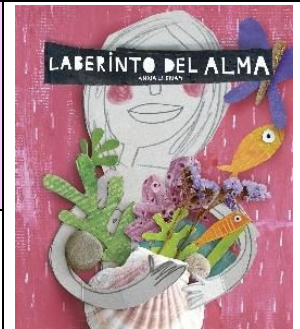
## CUENTOS PARA HABLAR DE EMOCIONES

### **Laberinto del Alma.**

**Autora/Ilustradora: Anna Llenas.**

**Editorial: Planeta.**

Un viaje hacia el interior de uno mismo donde explorar los estados del alma acompañados de unas ilustraciones inspiradoras y sugerentes. Un diccionario de emociones que llega hondo.



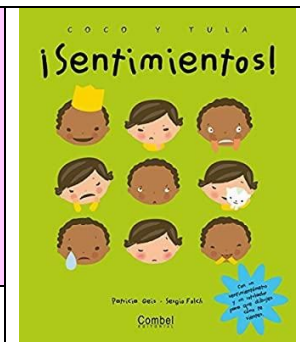
### **¡Sentimientos! Coco Y Tula.**

**Autora: Patricia Geis.**

**Ilustrador: Sergio Folch.**

**Editorial: Combel.**

Un libro para los más pequeños que ayudará a conocer, reconocer y expresar sus emociones ayudándose de "sentimientómetro" donde pintar y medir su emoción.



### **Monstruo Triste, Monstruo Feliz.**

**Autor/Ilustrador: Ed Emberley y Anne Miranda.**

**Editorial: Océano Travesía.**

Permite trabajar las emociones a partir de algo tan temido para ellos, los monstruos, y ver que realmente aquello que tanto temen, también puede tener sentimientos. Trae 7 máscaras de monstruos con diferentes emociones para jugar con ellas.

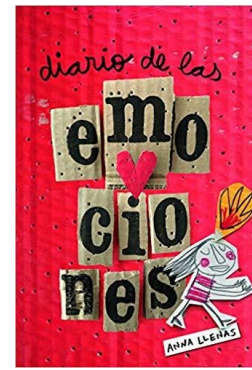


**Diario de las Emociones.**

**Autora/Ilustradora: Anna Llenas.**

**Editorial: Paidós.**

Un diario donde interactuar con él para poder sentir, expresar y crear nuestras propias sensaciones sobre las emociones que vivimos. Una forma de sacar fuera aquello que llevamos dentro por medio de propuestas creativas.



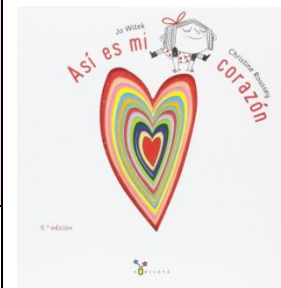
**Así es mi corazón.**

**Autora: Jo Witek.**

**Ilustradora: Christine Roussey.**

**Editorial: Bruño.**

Una introspección al corazón para que los más pequeños puedan ir conociendo los diferentes sentimientos y emociones acompañados de preciosas ilustraciones.



**Emocionario. Di lo que sientes.**

**Autores: Cristina Núñez Pereira y Rafael Romero.**


**Ilustradores: VV.AA.**

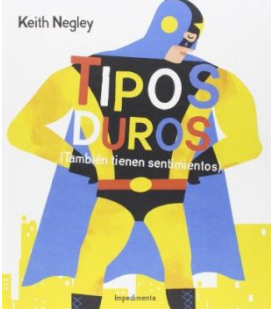
**Editorial: Palabras Aladas.**

Un diccionario de emociones encadenadas, ideal para ir a buscarlo cada vez que necesitemos explicar o comentar una emoción. Su web cuenta con un montón de recursos gratuitos y muy interesantes para trabajar con este libro en casa y en el cole.



<p align="center"><b>Nube.</b></p> <p align="center"><b>Autora/Ilustradora: Glòria Falcón.</b></p> <p align="center"><b>Editorial: Alba.</b></p>	
<p>A partir de su amigo imaginario, Nube, una niña va pasando por los diferentes estados de ánimo acompañados de la ilustración colorista y emotiva que nos permiten empatizar más. Un homenaje a la amistad y a esos amigos imaginarios de la infancia.</p>	

<p align="center"><b>Recetas de Lluvia y Azúcar.</b></p> <p align="center"><b>Autora: Eva Manzano Plaza.</b></p> <p align="center"><b>Ilustradora: Mónica Gutiérrez Serna.</b></p> <p align="center"><b>Editorial: Thule.</b></p>	
<p>Un recetario de mezclas emotivas y dulces donde dejarse degustar los manjares emocionales.</p>	

<p align="center"><b>Tipos Duros. También tienen sentimientos.</b></p> <p align="center"><b>Autor/Ilustrador: Keith Negley.</b></p> <p align="center"><b>Editorial: Impedimenta.</b></p>	
--	---

Porque los superhéroes también tienen sentimientos y esto lo tenemos que saber todos. Un libro genial para desmitificar creencias y llevar los sentimientos a un plano real, cercano y normalizarlo.

### **El primer beso.**

**Autor/Ilustrador: Guido van Genechten.**

**Editorial: SM.**

Una historia sencilla que nos lleva a reflexionar sobre qué nos hacen sentir los besos y quién nos dio el primer beso. Una forma de hablar de emociones a partir de los besos y del amor...

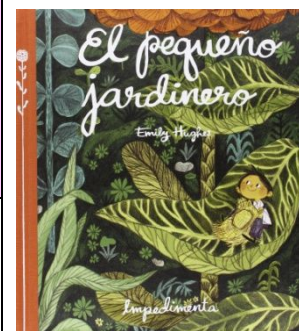


### **El pequeño jardinero.**

**Autora/Ilustradora: Emily Hughes.**

**Editorial: Impedimenta.**

Una historia de un pequeño jardinero llena de emoción que hace aflorar el entusiasmo, la perseverancia y la fuerza del amor enterneciendo nuestros corazones.

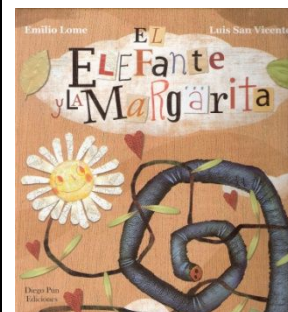


### **El Elefante y La Margarita.**

**Autores/Ilustradores: Emilio Lome y Luis San Vicente.**

**Editorial: Diego Pun.**

Una preciosa historia de amor que no acaba todo lo bien que uno espera pero que nos enseña varias moralejas importantes como que quién realmente quiere algo, puede conseguirlo, y que en el amor hay que ser valiente y olvidar el miedo.



**Te quiero (casi siempre).**

**Autora/Ilustradora: Anna Llenas.**

**Editorial: Espasa.**

Una bonita historia de amor donde los polos opuestos se atraen pero también se repelen, haciendo evidente que todos somos diferentes y no siempre es fácil aceptar esas diferencias.



**La gran fábrica de las palabras.**

**Autora: Agnes de Lestrade.**

**Ilustradora: Valeria Docampo.**

**Editorial: Tramuntana.**

Hermosa y poética historia de amor de un niño y su vecina que encierra muchas reflexiones en su historia y muchas relecturas. Una historia donde las palabras se compran y cuestan caro y no siempre se pueden comprar aquellas que uno quiere por lo que su valor sentimental cambia...

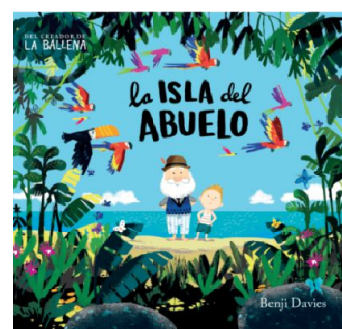


**La isla del Abuelo.**

**Autor/Ilustrador: Benji Davies.**

**Editorial: Andana.**

Una delicia de cuento que simboliza el amor verdadero que un abuelo y un nieto comparten, ese amor que se queda anclado en el corazón para siempre a pesar de que ambos, en un momento determinado, tengan que despedirse. Un libro precioso también para tratar las despedidas y la muerte de un ser tan querido.

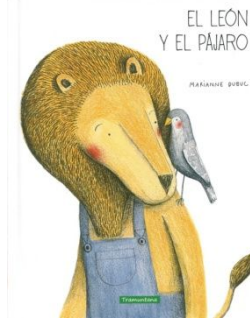


### **El León y El Pájaro.**

**Autora/Ilustradora: Marianne Dubuc.**

**Editorial: Tramuntana.**

La amistad de un león y un pájaro nos enseña las claves del amor a la vida, al prójimo y a uno mismo, viviendo toda la historia embaucados de diferentes emociones como la alegría, el desamparo, la tristeza, la aceptación y el deseo, pero otras tantas más que se van generando en cada uno al ir leyendo y disfrutando de las ilustraciones.



### **La ovejita que vino a cenar.**

**Autor/Ilustrador: Steve Smallman.**

**Editorial: Beascoa.**

Una series de circunstancias hacen que el encuentro de una ovejita en casa del lobo acabe en vez de banquete en cariño y amistad... Una historia para analizar nuestras relaciones y amistades.



### **No necesito amigos.**

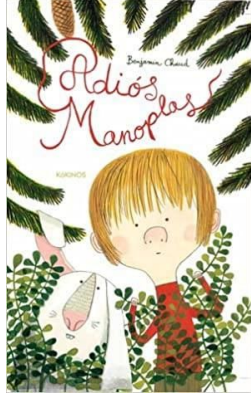
**Autora: Carolyn Crimi.**

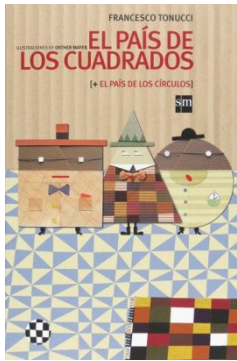
**Ilustradora: Lynn Munsinger.**

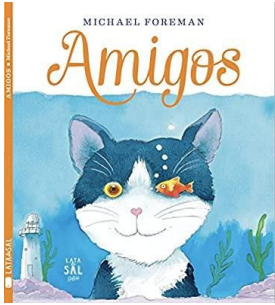
**Editorial: Picarona.**

De la relación hostil que se genera en los personajes surge un rotundo: "*No necesito amigos*", una afirmación que poco a poco entenderemos que no es viable porque todos necesitamos un amigo. Una historia simpática sobre la importancia del compañerismo que a más de uno le vendrá bien leer.



<p align="center"><b>Adiós Manoplas.</b></p> <p align="center"><b>Autor/Ilustrador: Benjamin Chaud.</b></p> <p align="center"><b>Editorial: Kókinos.</b></p>	
<p>Una relación de amistad donde el personaje al crecer quiere deshacerse de su compañero de juego que es ahora bobo, desastroso y lento... Pero se dará cuenta que crecer no significa desprenderse de los amigos fieles, sino todo lo contrario.</p>	

<p align="center"><b>El país de los cuadrados y de los círculos.</b></p> <p align="center"><b>Autor: Francesco Tonucci.</b></p> <p align="center"><b>Ilustración: Oster Mayer.</b></p> <p align="center"><b>Editorial: SM.</b></p>	
<p>Figuras geométricas que nos hablan sobre diversidad y convivencia entre culturas distintas y de lo interesante y rico que es el momento en que entre ellas se mezclan y conviven mejorando ellos mismos y el lugar donde viven. Una historia curiosa también para trabajar la geometría de manera divertida.</p>	

<p align="center"><b>Amigos.</b></p> <p align="center"><b>Autor/Ilustrador: Michael Foreman.</b></p> <p align="center"><b>Editorial: Lata de Sal.</b></p>	
<p>Una historia de amor y solidaridad de un gato que vive libre y de su mejor amigo, un pez en su pecera. El gato quiere enseñar al pez lo que es el mundo y lo lleva al lugar más hermoso del mundo para que se quede allí si quiere y pueda ser libre, pero él decide volver con el gato, su mejor amigo.</p>	

**Los fantasmas no llaman a la puerta.**

**Autora: Eulàlia Canal Iglesias.**

**Ilustradora: Rocio Bonilla Raya.**

**Editorial: Algar.**

Un simpática y divertida historia de dos grandes amigos que todo lo comparten, pero un día llega un tercero que hace tambalear la relación y uno de ellos busca de todas formas que ese tercer personaje desaparezca. Con mucho humor en su narrativa e ilustraciones, esta historia de celos acaba mejor de lo que esperamos.

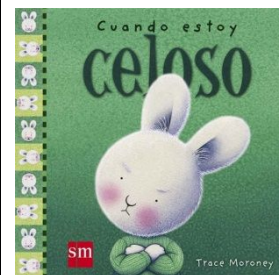


**Cuando estoy celoso.**

**Autora/Ilustradora: Tracey Moroney.**

**Editorial: SM.**

La serie de libros "Sentimientos" nos permite trabajar emociones por separado con los más pequeños, como esta de los celos, con historias cortas y sencillas y con una guía para los padres.



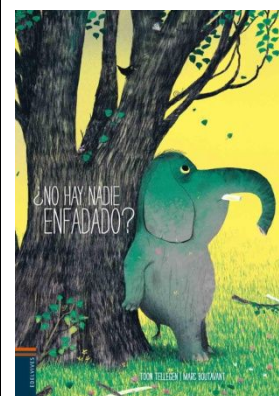
**¿No hay nadie enfadado?**

**Autor: Toon Tellegen.**

**Ilustrador: Marc Boutavant.**

**Editorial: Edelvives.**

Preciosos cuentos cortos donde el enfado es el tema central de cada uno de ellos pero mostrado y representado de diferentes maneras, acompañados de unas ilustraciones sencillas y preciosas.





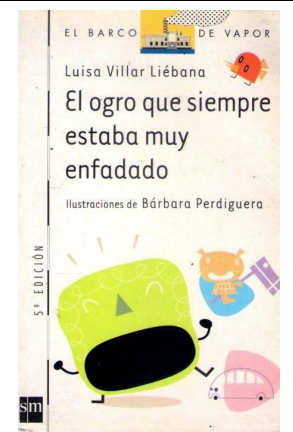
**El ogro que siempre estaba muy enfadado.**

**Autora: Luisa Villar Liébana.**

**Ilustradora: Bárbara Perdiguera.**

**Editorial: SM.**

Una preciosa historia que ejemplifica perfectamente que uno puede vivir siempre enfadado pero también puede cambiar y sentirse feliz y acompañado por sus amigos. Amigos que ayudan al personaje a cambiar de actitud.



**Un rey muy testarudo.**

**Autora: Montserrat Balada.**

**Ilustrador: Pep Boatella.**

**Editorial: Carambuco.**

Un rey tan testarudo que acabará recibiendo su merecido a su tozudez. Un libro que está adaptado a la lengua de signos en sus páginas y lleva un DVD donde seguir el cuento en lengua de signos con las ilustraciones animadas.

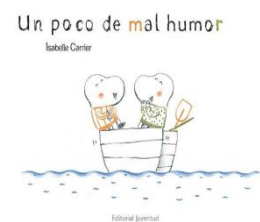


**Un poco de mal humor.**

**Autora: Isabel Carrier.**

**Editorial: Juventud.**

Cuando se conocen, Pit y Pat se vuelven rápidamente inseparables. Juntos se ríen, juegan... en definitiva, se entienden muy bien. Pero poco a poco, cada uno empieza a echarle la culpa al otro, ya no están de acuerdo y, a menudo están furiosos. Y poco a poco, se instala una cosa que todos conocemos: el mal humor, que crece, crece... y de repente, los separa.



**Las cosas que guardo.**

**Autora/Ilustradora: Mónica Gutiérrez Serna.**

**Editorial: Tándem.**

Las cosas que me parecen importantes, las voy poniendo todas dentro de mi cabeza pero hay otras tan especiales que prefiero guardarlas en otro sitio...



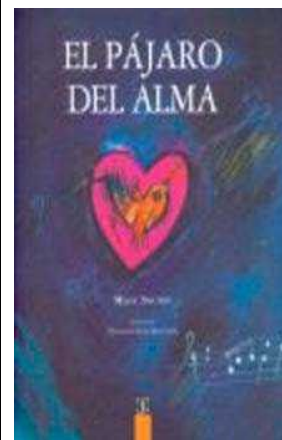
**El pájaro del alma.**

**Autor: Mijal Snunit**

**Ilustrador: Francisco Nava**

**Editorial: fce**

Todo lo que sentimos tiene su propio cajón. Un cajón para la alegría, un cajón para la tristeza, otro para la envidia, para la esperanza, para la decepción,... A veces podemos elegir y señalar al pájaro del alma qué llaves girar y qué cajones abrir. Y a veces es el pájaro quien decide.

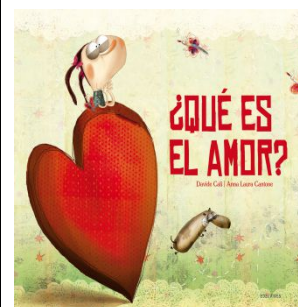


**¿Qué es el amor?**

**Autores/Ilustradores: Davide Cali/Anna L. Cantone.**

**Editorial: Edelvives.**

«¿Qué es el amor?», se pregunta Emma. Le plantea la cuestión a su romántica mamá, a su papá amante del fútbol, a su abuela repostera, a su abuelo, trabajador de una fábrica de coches... Y obtiene cuatro respuestas diferentes. ¡No hay manera de aclararse! Emma siente que la cabeza le da vueltas...

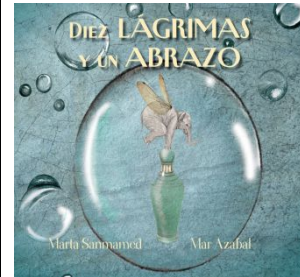


**Diez lágrimas y un abrazo**

**Autoras/Ilustradoras: Marta Sanmaned/ mar Azabal.**

**Editorial:**

Pedro y sus amigos quieren compartir su gran descubrimiento contigo: ¡No solo lloramos cuando estamos tristes! Este entusiasta equipo de jóvenes científicos ha instalado en un garaje su laboratorio para estudiar las lágrimas y sus múltiples aplicaciones. Se van a convertir en exploradores de todo un mar de emociones...

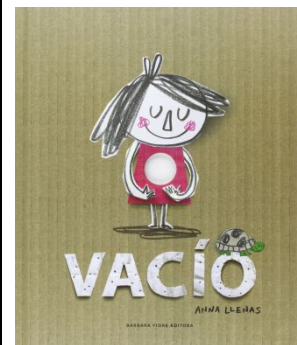


**Vacio**

**Autora/Ilustradora: Anna Llenas**

**Editorial: BFE**

Una niña feliz que, tras sufrir una inesperada pérdida, descubre en su interior un gran vacío. Este hecho la llena de tristeza y pesadumbre y la lleva a salir en busca de posibilidades para cerrarlo y volver a ser como antes.



## ACTIVIDADES DE TERCERO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

### SEPTIEMBRE-OCTUBRE

#### **SESIÓN 1**

- ✓ "Tarjeta de visita"

#### **SESIÓN 2**

- ✓ "Somos educados"

#### **SESIÓN 3**

- ✓ "Rincón de las emociones"

#### **SESIÓN 4**

- ✓ "Calendario emocional"

#### **SESIÓN 5**

- ✓ Semáforo

#### **SESIÓN 6**

- ✓ Normas de convivencia

#### **SESIÓN 7**

- ✓ Relajación

### NOVIEMBRE - DICIEMBRE

#### **SESIÓN 8**

- ✓ "El tesoro de los recuerdos".  
Pág. 100-101
- ✓ Relajación.

#### **SESIÓN 9**

- ✓ "Las emociones nos ayudan o nos dañan".
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 10**

- ✓ "Qué hacer cuando algo no me gusta". Pág. 120-124
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 11**

- ✓ "Y hago... ¡boooooommm!"
- ✓ Relajación

### ENERO-FEBRERO

#### **SESIÓN 12**

- ✓ "Bienvenidos"
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 13**

- ✓ "Colección de piropos"
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 14**

- ✓ "Autoconcepto"
- ✓ Relajación.

#### **SESIÓN 15**

- ✓ "Voy a conseguirlo"
- ✓ Relajación

### MARZO - ABRIL

#### **SESIÓN 16**

- ✓ "Crear y sentir". Pág. 108-109
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 17**

- ✓ "Juguemos a adivinar". Pág. 126-127
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 18**

- ✓ "Antes de mis 10"
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 19**

- ✓ "Mis vivencias antes de terminar Primaria"
- ✓ Relajación

## **MAYO - JUNIO**

### **SESIÓN 20**

- ✓ “Mis talismanes secretos”.
- Pág. 178-179
- ✓ Relajación

### **SESIÓN 21**

- ✓ “Más vale prevenir que curar”.
- Pág. 182-185
- ✓ Relajación

### **SESIÓN 22**

- ✓ “El libro de los sueños”
- ✓ Relajación






### **SESIÓN 23**

- ✓ “Tablón de agradecimiento”
- ✓ Relajación

## **SEPTIEMBRE- OCTUBRE**

### **ACOGIDA**

Los objetivos a desarrollar en estas sesiones serán:

-  Favorecer la integración grupal de los alumnos.
-  Fomentar la expresión oral como medio para argumentar y defender ideas.
-  Construir las normas de conducta del aula.
-  Conocer las expresiones de algunas emociones.
-  Aprender a plasmar en el calendario emocional como se sienten

Durante los meses de septiembre y principio de octubre, intentaremos sentar las bases para que los alumnos se sientan parte de un grupo y participen de lo que irá ocurriendo a lo largo del curso.

Para ello, explicaremos la importancia de pertenecer a un colectivo, de conocernos y sobre todo de respetarnos individualmente y como grupo.

## **SESIÓN N°1**

### **LA TARJETA DE VISITA. Juego cooperativo y socialización en el aula.**

En él cada jugador elabora una tarjeta de presentación, que consiste en dibujar en un folio algo que le represente, es decir, si le gusta el monte puede hacer un paisaje, si le gusta leer, un libro... lo que cada niño desee que sea su presentación al grupo. La tarjeta también llevará el nombre del niño en letras grandes. Cuando todos la han preparado se ponen en círculo y cada uno se va presentando a los demás diciendo "Yo me llamo... esta es mi tarjeta de presentación (mostrando el dibujo a los compañeros) y he dibujado esto porque..."

Posteriormente, plantearemos la posibilidad de crear:

- **AUTORRETRATO:** Cada niño dibujará su cara en grande en un folio y dejará un espacio arriba para poner su nombre y otro abajo para poner una cualidad. Se dejarán expuestos en un lugar visible de la clase.
- **CORRO DE COMPAÑEROS:** Todos se dibujan de cuerpo entero y en el centro se ponen una etiqueta con una cualidad que les represente. Se recortan y se ponen en forma de corro en una zona del aula.

## **SESIÓN N° 2**

### **SOMOS EDUCADOS**

También entre todos, elaboraremos una serie de normas de educación (pedimos las cosas por favor, damos las gracias, saludamos....) Las dejaremos plasmadas en una cartulina grande para que estén visibles durante todo el curso y las iremos revisando.

## **SESIÓN N° 3**

### **RINCÓN DE LAS EMOCIONES**

Habilitaremos un espacio en la clase para poner fotos o fotocopias de diferentes emociones. También será el espacio de referencia donde estén los carteles, cuadernos, libros...relacionados con el tema.

Todos tendrán fotocopias de caras que representen emociones y se reflexionará sobre lo que significan y cuando nos sentimos así.

## **SESIÓN N°4**

### **CALENDARIO EMOCIONAL**

Tendrán un calendario mensual donde día a día anotarán como se sienten reflejado en una carita y una cifra del 0 al 10.

El viernes realizaremos una puesta en común para que cada uno explique cómo ha sido su semana.

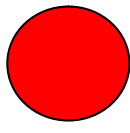
## **SESIÓN N° 5**

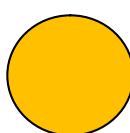
### **EL SEMÁFORO**

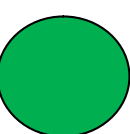
Se trata de una estrategia para canalizar los conflictos hacia el diálogo. El objetivo es que los alumnos, tengan siempre presente de forma visual, los pasos que deben seguir para controlar sus emociones en el caso de un conflicto.

Desarrollo: Dibujamos un semáforo grande en cartulina, que quedará bien visible en la pared para todos los niños. Dentro de la luz roja escribimos la palabra “párate”. En la luz ámbar ponemos “piensa”, y en la luz verde “actúa”.

Explicamos lo que significa cada palabra cuando tenemos un conflicto, por ejemplo:

 **Párate** - Cuando tengas un conflicto, antes de insultar o pegar, párate un momento, controla tus impulsos, no tengas prisa...

 **Piensa** - ¿Qué ha ocurrido?, ¿fue intencionado?, ¿estás seguro de que debes pelearte?, ¿y si buscas una solución? ¿qué has pensado? Díselo, piensa qué pasaría si: le pegas, hablas con él, le insultas...

 **Solucionalo** - Trataremos de inducir al alumnado hacia estas reflexiones; habla con él, cuéntale como te sientes, déjale que te dé su explicación, busca una solución pacífica...

Podemos ejemplificar situaciones siguiendo los pasos del semáforo.

***Cada vez que ocurra un conflicto trabajaremos los pasos del semáforo.***

## **SESIÓN N° 6**

### **NORMAS DE CONVIVENCIA.**

Es importante que surja la necesidad por parte de los alumnos de crear unas normas que nos ayuden a cuidar y a respetar a todos e intentaremos que la elaboración de las mismas sean por consenso.

Las normas se formularan en positivo y desarrollarán conductas muy claras. Lo mismo ocurrirá con las sanciones previstas, que serán desarrolladas del mismo modo que las normas.



Una vez elaboradas las normas y sus conductas, se irán trabajando durante todo el curso, mediante Rolfe-playing y moldeamiento. Se trata de escenificar la conducta deseable y corregir aquellos comportamientos que en algún momento de su ejecución no son del todo correctos.

## **SESIÓN N° 7**

### **RELAJACIÓN.**

Intentaremos buscar un ratito todos los días para que estén relajados. Les enseñaremos que descansando sobre la mesa y escuchando música relajante, pueden respirar adecuadamente. Iremos poniéndoles un poco de colonia y dándoles un pequeño masaje para completar el proceso.

## **NOVIEMBRE- DICIEMBRE**

## **SESIÓN N° 8**

**EL TESORO DE LOS RECUERDOS** (actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños. Pag 100-101. Parramón)

Los niños deben traer de casa, cosas que formen parte de sus recuerdos: fotos, dibujos, objetos. Tanto de su infancia como de la actualidad. Se los puede mostrar a quién quiera.

El maestro es bueno que participe aportando también objetos de su vida.

Asamblea: contando cómo nos hemos sentido, si nos ha gustado, qué emociones hemos sentido.

Relajación: música relajante, bajita, los niños apoyados en la mesa, les vamos contando lo que hemos hecho en la sesión muy despacito y tranquilos.

## **SESIÓN N° 9**

### **LAS EMOCIONES NOS AYUDAN O NOS DAÑAN**

El objetivo de la regulación de las emociones es que las emociones nos ayuden a conseguir nuestro bienestar. Tendremos que saber cómo hacer frente a las consecuencias malas o dañinas de las emociones para sacarles provecho. Para ello, tendremos que saber cuáles son las emociones que nos dañan y las que nos hacen bien.

#### **Objetivos:**

- Identificar diferentes emociones.
- Conocer cuáles son las emociones que nos pueden dañar.
- Conocer cuáles son las emociones que nos ayudan.
- Analizar los aspectos positivos y negativos de las emociones.

**Descripción:** El profesor o profesora pegará en la pizarra unas tarjetas en las que los alumnos y alumnas hayan escrito emociones distintas: amor, vergüenza, envidia, etc. (las emociones trabajadas hasta ahora). Dibujaremos dos círculos en las esquinas de la pizarra (“nos pueden ayudar” y “nos pueden perjudicar”). Los alumnos y las alumnas, individualmente, deberán pegar las tarjetas en el círculo correspondiente. Una vez colocadas, debatiremos si estamos de acuerdo o no. El profesor o profesora puede participar para ayudar si los alumnos y alumnas dudan en qué círculo debe ir cada emoción. Este ejercicio se puede realizar también en pequeños grupos. Entre todos y todas, pueden ir decidiendo dónde poner cada tarjeta y por qué.

#### **Recursos:**

- Tarjetas de emociones
- Pizarra y tiza
- “Chicle” para pegar las tarjetas a la pizarra

**Orientaciones:** Es importante dejar claro que no es malo sentir las emociones que están en el círculo “nos pueden dañar”; se trata de emociones que todos y todas sentimos y debemos sentir. Por tanto, es muy importante sacar el lado positivo de esas emociones “dañinas” (por ejemplo: la tristeza puede aumentar nuestra inspiración y nuestra creatividad; por tanto, puede servirnos para escribir un poema, para dibujar, para crear algo... lo que nos ayudará a superar esa tristeza).

## **SESIÓN N° 10**

**¿QUÉ HACER CUANDO ALGO NO NOS GUSTA?** (actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños. Pág. 120-123. Parramón)

Aprender a reaccionar adecuadamente ante algo que nos desagrada. Se les plantean a los alumnos diferentes situaciones que nos hacen sentir malestar y vemos como reaccionamos y como deberíamos reaccionar. Se puede hacer hablando y también teatralizando las diferentes situaciones y respuestas.

Asamblea: hablar cómo nos hemos sentido, si nuestra respuesta habría sido agresiva, pasiva, asertiva.

Relajación: si es posible tumbados, si no apoyados en la mesa, ojos cerrados, ambiente oscuro, música suave y bajita, vamos contando una historia, estamos en la playa.....

## **SESIÓN N° 11**

**Y HAGO... ¡BOOOOOOMMMM!**

**Objetivos:**

- Identificar el propio autocontrol ante situaciones conflictivas.
- Utilizar la respiración como medio de expresión del autocontrol.

**Descripción de la actividad:** repartimos un globo a cada niño o niña. El docente comenzará dando ejemplos de situaciones cortas que pueden sacar de quicio. La actividad consiste en ir hinchando el globo, con una buena bocanada de aire, cada vez

que nos sentimos incapaces de controlar algunas de las situaciones. El primero que revienta el globo será al que más situaciones le hacen ponerse nervioso.

Por ejemplo, las situaciones pueden ser:

- Acabo de darme cuenta que he perdido mi estuche de la suerte.
- Mi hermano me saca la lengua cuando me riñen a mí por algo que ha hecho él y encima mis padres no se dan cuenta.
- Me culpan de haber hablado en un control. ¡Yo no he sido!
- Alguien se ha comido la tableta de chocolate y me miran todos a mí.
- Mi hermano ha cogido mi camiseta favorita. ¡La lleva puesta!

Esta parte de la actividad puede realizarse sustituyendo el globo real por el dibujo de un globo de manera que los alumnos sustituyan hinchar el globo por pintar zonas o partes del globo. Podemos completar la actividad solicitando que verbalicen situaciones que les son difícilmente controlables. Esto ayudará a reconocer que algunas de estas situaciones son muy comunes a todos y a buscar estrategias o mecanismos para saber solucionarlas o afrontarlas.

**Orientaciones para su aplicación:** se puede ampliar la actividad creando una segunda parte. Esta consistirá en plantear las situaciones anteriores pero por cada espiración de aire podremos restar aire de nuestro globo si encontramos rápidamente una solución sin tener que perder el control.

**Materiales:**

- Globos
- Hoja con situaciones

## **ENERO-FEBRERO**

### **SESIÓN N° 12**

#### **BIENVENIDOS**

Todos los días, un compañero o una compañera, por turnos, siguiendo el listado de clase u otro orden, se coloca delante en la fila y se adelanta a la clase para recibir a los compañeros y al profesor. Saludos, abrazos, palabras amables de bienvenida se van dando entre ellos a medida que van llegando a clase.

La persona que saluda es la que entra en último lugar y cierra la puerta.

(Si alguien falta o se retrasa, se corre turno).

### **SESIÓN N° 13**

#### **COLECCIÓN DE PIROPOS**

Todos los días (a 1ª hora/a última hora) o cada semana (en tutoría) se escribe con buena letra, color y poniendo todo de nuestra parte UNA FRASE ELOGIOSA del compañero o de la compañera de clase que le toque.

1º No se comunica hasta el mismo día a la persona que le toca. Se da un pedazo de papel en color claro u hoja blanca.

2º Se intentará que esa/e chica/o no se entere hasta el último momento (p.ej. se le hace salir con cualquier excusa). Entonces se escribe la frase.

3º Se depositan las frases bien dobladas en la CAJA BUZÓN de la clase (pasan los delegados por las mesas).

4º Puede ser frase ANÓNIMA o con nombre.

5º Siempre tiene que ser sincera y positiva.

6º Cuando se leen las frases, la persona está sentada, relajadamente delante de todos los demás, y va dando las GRACIAS.

Al final se le dan las frases bien ordenadas, dentro de un sobre (que puede estar decorado).

7º NOS APLAUDIMOS TODOS.

## **SESIÓN Nº 14**

**AUTOCONCEPTO** (Alfabetización de las emociones).

Lectura del cuento “**¿Cuánto cuesta el valor?**” pg. 132. “Cuentos para sentir” tomo I. Begoña Ibarrola. Ed. S.M).

### **REFLEXIONES:**

- ¿Cómo crees que se siente Laura con tantos miedos?
- ¿Conoce a alguien que tenga tantos miedos?
- ¿Qué harías tú si tuvieras tantos miedos como Laura?
- ¿Habrías sido capaz de hacer tantas cosas como ella?
- ¿Has entendido bien el mensaje que ponía en el papel?
- ¿Cambiarías el final del cuento?

Identificamos la emoción y expresamos sus características.

- Presentamos la carita del miedo.
- Nos fijamos en los rasgos faciales, ojos muy abiertos o bien, entornados; boca abierta, cejas levantadas, nos llevamos las manos a la boca...
- Volvemos a identificar la emoción en la cara de los demás.
- Algunos niños/as ponen cara de miedo y los distinguimos de los demás.

**Dinámica de grupo: “El ciego”. Juego cooperativo y de socialización en el aula.**

Maite Garaigordobil.

Es un juego que se realiza por parejas. Un jugador de cada pareja representa a un ciego y va con los ojos vendados. El otro pone sus manos sobre los hombros del invidente

y por medio de leves presiones táctiles le va orientando y guiando en su marcha libre por el espacio, facilitando que sortee los obstáculos. Posteriormente se invierten los roles.

Asamblea: Reflexión sobre lo ocurrido... qué me ha parecido, cómo me he sentido, si me ha gustado, qué sensaciones experimentamos en los distintos roles.

## **SESIÓN N° 15**

### **VOY A CONSEGUIRLO**

Es agradable conseguir el objetivo que te has marcado. Nos motiva a seguir adelante. Aún así, es importante tener cuidado al marcarnos los desafíos. Marcarnos como objetivo algo que nunca vamos a conseguir es peligroso, y nos hace perder una energía que nunca nos será devuelta. En cambio, cuando el desafío que elegimos es posible, aunque conseguirlo nos suponga un gran esfuerzo, nos motiva y sentimos que somos capaces de conseguirlo. Nos da fuerza para enfrentarnos a otro desafío.

#### **Objetivos:**

- Ser conscientes de que para conseguir un objetivo tenemos que hacer un esfuerzo.
- Darnos cuenta de que el logro de los objetivos está en nuestra mano.
- Ser conscientes de los logros alcanzados.

**Metodología:** esta actividad se alargará hasta el final del trimestre. Los alumnos y alumnas trabajarán individualmente. El profesor o profesora dibujará la imagen de un niño o niña en un folio DIN A3 y le dará a cada alumno y alumna una copia de la misma. Los alumnos y alumnas la personalizarán con sus características. Una vez hecho esto, los alumnos y alumnas se marcarán un objetivo: mejorar la letra, coger el lápiz correctamente, preguntar al profesor o profesora, respetar los turnos, etc. Escribirán el objetivo marcado en la camiseta del niño o niña dibujado por ellos y ellas. Una vez terminado todo, colgarán sus dibujos en la pared, uno al lado de otro (como una cadena). Todo esto corresponde a la primera parte de la actividad.

A partir de ahora, cuando cualquier alumno o alumna consiga su desafío escribirá otro desafío en la camiseta del dibujo. Si no queda sitio en la camiseta se le puede añadir al dibujo una gorra o un globo, o lo que ellos y ellas quieran.

Por tanto, el ejercicio no termina nunca. De vez en cuando, es importante tomarnos 5 minutos para reflexionar sobre los objetivos alcanzados y nombrar los objetivos que nos quedan por lograr.

### **Recursos:**

- Una hoja DINA 3 con el dibujo del alumno
- Pinturas
- Lápiz
- Celo para pegar los dibujos en la pared

## **MARZO- ABRIL**

### **SESIÓN N° 16**

#### **CREAR Y SENTIR**

**Objetivo:** Desarrollar la creatividad.

**Material:** material de reciclaje, barro o pintura. Podemos acompañarlo con música.

**Participantes:** individual.

**Descripción:** elegimos un material y realizamos nuestra propia creación con cualquier técnica plástica. Para ello destacamos tres momentos importantes:

- Pensamos qué vamos a crear: nos podemos apoyar en preguntas como ¿qué me gustaría crear?, ¿qué material necesito para realizarlo? y ¿qué emociones siento ante ello?
- Realizamos nuestro proyecto



- Reflexionamos sobre el trabajo realizado: Mostramos nuestra creación a los demás en una puesta en común y contamos si hemos tenido alguna dificultad, cómo lo hemos superado, si nos ha costado trabajar con los demás, cómo nos hemos sentido.

## **SESIÓN N° 17**

### **JUGAMOS A ADIVINAR**

**Objetivo:** Reconocer la importancia de la comunicación no verbal.

**Material:** Papeles con los mensajes.

**Participantes:** grupo grande.

#### **Descripción:**

En unos papeles anotamos diferentes situaciones que tendrán que realizar mediante mímica al grupo.

Para finalizar podemos reflexionar sobre cómo nuestros gestos de la cara (el ceño, la sonrisa, las muecas...), ojos (la dirección de la mirada, las alteraciones de la pupila...), en el cuerpo (la postura, la posición de los brazos y las piernas,...) y en la voz (el tono, el ritmo...) comunican a veces más que las propias palabras.

Por tanto, nuestro lenguaje no verbal es muy importante y tenemos que conocerlo y controlarlo para no dar lugar a malas interpretaciones.

## **SESIÓN N° 18**

**ANTES DE MIS 10. 20 cosas que las niñas/os tienen que haber realizado antes de cumplir los 10 años.**

Se les propone una serie de actividades /experiencias que han vivido otros niños a su edad:

1. Marcan con un SÍ / NO la lista de las 20 cosas para ver qué han vivido.
2. Pueden evaluar las 5 favoritas (se puede elaborar un mural con las top 10 que surjan).

3. Cuentan un o dos vivencias que hayan tenido, que no estén en la lista leída. Las cuentan como si fuera actividad cooperativa: INDIVIDUAL / PAREJA /GRUPO MESA/ GRAN GRUPO.
4. Elaboran una lista con aquellas que más gustan del grupo clase (máximo 10) .Esta lista se puede exponer, dibujar en formato cómic, etc.

*Lista:*

1. *Trepar un árbol.*
2. *Saltar en los charcos.*
3. *Escuchar el canto de un pájaro.*
4. *Columpiarse y jugar con una rueda.*
5. *Coger una fruta de un árbol y comerla.*
6. *Rodar colina abajo.*
7. *Volar una cometa.*
8. *Construir una cabaña.*
9. *Acampar en la montaña.*
10. *Correr bajo la lluvia sin paraguas.*
11. *Organizar carreras de caracoles.*
12. *Hacer un delicioso pastel de barro.*
13. *Caminar sobre hierba mojada.*
14. *Ver amanecer.*
15. *Ver como una oruga se convierte en mariposa.*
16. *Ver ponerse el sol en la playa.*
17. *Saltar las olas.*
18. *Bañarse en el mar de noche.*
19. *Escribir la historia de tus sueños.*

*20. Llevar un calcetín de cada color.*

## **SESIÓN N° 19**

**MIS VIVENCIAS ANTES DE TERMINAR 6° PRIMARIA. 10 experiencias que me gustaría vivir antes de terminar la Ed. Primaria.**

Imaginar unas 10 experiencias (actividades, juegos, taller, salida, propuestas) que me gustaría realizar antes de acabar 6°.

Escribir las mismas a modo de carta, pensando que esa carta se va a guardar en un sobre, acompañada de dibujo/foto, etc., y se dirigirá a él/ella mismo/a para dentro de 3 cursos.

Se guardarán los sobres, con remite y destinatario, en una misma cajita decorada, que se conservará como reliquia en el aula entre todos, de un año para otro. (Se puede llevar a dirección para que se guarde y se entregue cuando estén en 6°, en junio).

## **MAYO- JUNIO**

### **SESIÓN N° 20**

#### **MIS TALISMANES SECRETOS**

**Objetivo:** Reflexionar sobre los recursos que podemos utilizar para mejorar nuestro estado emocional.

**Material:** objetos personales, cartas, canciones, notas que nos evocan recuerdos.

**Participantes:** individual.

#### **Descripción:**

Todos tenemos experiencias agradables y desagradables. En las desagradables tenemos sensación de malestar y para sentirnos mejor recurrimos a nuestros talismanes secretos.

### **SESIÓN N° 21**

#### **MÁS VALE PREVENIR QUE CURAR**

**Objetivo:** Elegir hábitos saludables que nos permitan gozar de buena salud física y psicológica.

**Material:** Registro de control de hábitos saludables: alimentación equilibrada (dieta mediterránea), rueda de los alimentos, material educación física.

**Participantes:** individual o grupo grande.

**Descripción:**

Realizar un registro de hábitos saludables durante una quincena y puesta en común con grupo clase.

**SESIÓN N° 22**

**EL LIBRO DE LOS SUEÑOS**

Todos y todas tenemos la capacidad de crear sueños o deseos y con ellos desarrollamos nuestro pensamiento creativo. De todos los sueños que tenemos es importante seleccionar aquellos que queremos lograr, reflexionando acerca de cómo podríamos conseguirlos. Los niños y las niñas deben saber que en su interior tienen máquinas para crear sueños. Las personas que tienen sueños y aspiraciones, tienen ilusión y objetivos, aspectos fundamentales para ser felices. Es fundamental también diferenciar los sueños de las fantasías: las fantasías nos alejan de la realidad, sin embargo los sueños son reales. Es importante saber, también, que para lograr los objetivos es necesario esforzarse.

**Metodología:** los alumnos y las alumnas se sentarán en círculo. Para introducir el tema el profesor o profesora podrá comentar algún sueño personal y cómo lo ha logrado. También podrá contar el caso de algún/a conocido/a, o si no inventarse un sueño y una situación. Les preguntaremos a los alumnos y alumnas si tienen sueños y subrayaremos lo importantes que son, ya que nos llenan de ilusión. Nadie puede controlar o bloquear nuestros sueños porque están en nuestro poder. Les pediremos que elijan uno de los

sueños que les gustaría lograr y lo dibujen en un folio, acompañándolo con alguna frase. Una vez realizado, en círculo, cada cual expondrá sus sueños y comentará por qué los ha elegido. Detrás de cada dibujo podrán escribir (acompañados/as de un adulto/a) cómo lograr ese sueño. Leeremos cada propuesta en clase y las comentaremos.

**Recursos:**

- Folios
- Lápiz y pinturas
- Máquina para encuadernar

**Orientaciones:** nos debemos asegurar de que todos los sueños son reales y alcanzables. Les diremos que hay que ponerles una especie de filtro a los sueños que queramos alcanzar. Se puede utilizar esta misma actividad para alcanzar un objetivo grupal. Por tanto, podemos decir a los alumnos y alumnas que elijan un objetivo y que, en grupos pequeños, decidan lo que tienen que hacer para lograrlo. Pueden comprometerse a conseguirlo, y el profesor o profesora, de vez en cuando, les preguntará cómo va el proceso. También les dará pistas para lograr el objetivo. Esto lo podemos hacer también en grupos grandes, fiando un objetivo en cada grupo y siguiendo los pasos citados.

**SESIÓN N° 23**

**TABLÓN DE AGRADECIMIENTOS**

**Objetivos:**

- Reconocer la importancia de agradecer lo que los demás hacen por uno.
- Valorar lo que hacen por uno y la importancia de ayudar a los demás.
- Mejorar las relaciones sociales del grupo.
- Mejorar el nivel de autoestima.

**Descripción de la actividad:** cada niño con un folio, escribe la palabra su nombre y la palabra “gracias” en la parte superior de un folio y decorarla con caritas sonrientes,

globos, estrellas, etc. Pegaremos los folios en la puerta de la clase o en otro lugar destacado. Preguntaremos a los alumnos qué cosas agradables han hecho unos por otros a lo largo del curso. La actividad consiste en que cada alumno escriba un agradecimiento al resto de compañeros por cosas que han pasado a lo largo del curso. La nota puede ser sencilla, escribiendo el nombre de la persona, o más elaborada, añadiendo un dibujo y un pequeño texto, como por ejemplo:

- Gracias, María, por dejarme el rotulador rojo.
- Gracias, Juan, por ayudarme con el problema de matemáticas.

**Materiales:**

- Folios
- Rotuladores
- Cinta adhesiva

## **ACTIVIDADES DE CUARTO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

### **SEPTIEMBRE-OCTUBRE**

#### **SESIÓN 1**

- ✓ “Tarjeta de visita, autorretrato, cualidad, corro de compañeros.

#### **SESIÓN 2**

- ✓ “Normas de clase

#### **SESIÓN 3**

- ✓ “Los soles de las emociones 1”

#### **SESIÓN 4**

- ✓ “Los soles de las emociones 2”

#### **SESIÓN 5**

- ✓ Dirijo mi enfado. Pag.73

#### **SESIÓN 6**

- ✓ Normas de convivencia

#### **SESIÓN 7**

- ✓ Relajación

### **NOVIEMBRE -DICIEMBRE**

#### **SESIÓN 8**

- ✓ “Mi respiración”pg 77
- ✓ Relajación.

#### **SESIÓN 9**

- ✓ “Voy a conseguirlo pg 93
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 10**

- ✓ “Igual pero diferente”. Pag 152-153
- ✓ “Relajación

#### **SESIÓN 11**

- ✓ Me gusta como soy” 110-113
- ✓ Relajación

### **ENERO-FEBRERO**

#### **SESIÓN 12**

- ✓ LA CRUELDAD
- “La venganza de la fuente ”

#### **SESIÓN 13**

- ✓ EMPATIA

#### **SESIÓN 14**

- ✓ ‘AUTOESTIMA
- ‘Cuestionario’

#### **SESIÓN 15**

- ✓ ¿Allí o aquí ? pg 99

### **MARZO - ABRIL**

#### **SESIÓN 16**

- ✓ “Haciendo amigos y amigas pg 111
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 17**

- ✓ Semana de la asertividad pg 121
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 18**

- ✓ “Mi actitud frente a las tareas”170-171
- ✓ Relajación

#### **SESIÓN 19**

- ✓ Vivo rodeado de gente maravillosa. 158-159
- ✓ Relajación

## MAYO - JUNIO

### **SESIÓN 20**

- ✓ ¿“Cuales son mis sueños? Pg 125
- ✓ Relajación

### **SESIÓN 21**

- ✓ “Anuncio pg 131”
- ✓ Relajación

### **SESIÓN 22**

- ✓ “Más allá de las palabras”42-45
- ✓ Relajación

### **SESIÓN 23**

- ✓ “Cóctel de emociones”. 46-47
- ✓ Relajación

## **SEPTIEMBRE- OCTUBRE**

### ACOGIDA

Los objetivos a desarrollar en estas sesiones serán:

- ✚ Favorecer la integración grupal de los alumnos.
- ✚ Fomentar la expresión oral como medio para argumentar y defender ideas.
- ✚ Construir las normas de conducta del aula.
- ✚ Conocer las expresiones de algunas emociones.
- ✚ Aprender a plasmar en el calendario emocional como se sienten



Durante los meses de septiembre y principio de octubre, intentaremos sentar las bases para que los alumnos se sientan parte de un grupo y participen de lo que irá ocurriendo a lo largo del curso.

Para ello, explicaremos la importancia de pertenecer a un colectivo, de conocernos y sobre todo de respetarnos individualmente y como grupo.

## **SESIÓN N°1**

### **LA TARJETA DE VISITA**

Juego cooperativo y socialización en el aula. En él cada jugador elabora una tarjeta de presentación, que consiste en dibujar en un folio algo que le represente, es decir, si le gusta el monte puede hacer un paisaje, si le gusta leer, un libro... lo que cada niño desee que sea su presentación al grupo. La tarjeta también llevará el nombre del niño en letras grandes. Cuando todos la han preparado se ponen en círculo y cada uno se va presentando a los demás diciendo "Yo me llamo... esta es mi tarjeta de presentación (mostrando el dibujo a los compañeros) y he dibujado esto porque..."

Posteriormente, plantearemos la posibilidad de crear:

- **AUTORRETRATO:** Cada niño dibujará su cara en grande en un folio y dejará un espacio arriba para poner su nombre y otro abajo para poner una cualidad. Se dejarán expuestos en un lugar visible de la clase.
- **CORRO DE COMPAÑEROS:** Todos se dibujan de cuerpo entero y en el centro se ponen una etiqueta con una cualidad que les represente. Se recortan y se ponen en forma de corro en una zona del aula.

## **SESIÓN N° 2**

### **SOMOS EDUCADOS**

También entre todos, elaboraremos una serie de normas de educación ( pedimos las cosas por favor, damos las gracias, saludamos....) Las dejaremos plasmadas en una cartulina grande para que estén visibles durante todo el curso y las iremos revisando.

## **SESIÓN N° 3**

### **LOS SOLES DE LAS EMOCIONES 1**

Esta actividad puede dividirse en dos sesiones:

En la primera sesión los alumnos y alumnas se dividen en grupos. A cada grupo se le reparte una hoja DIN A3 junto con el nombre de una emoción. Deberán escribir el nombre de la emoción dentro de un círculo que dibujarán en la mitad de la hoja.

Del círculo saldrán varias líneas (rayos) en las que deberán escribir situaciones en las que sientan esa emoción. Por ejemplo: VERGÜENZA *Cuando voy a otra clase a decir algo.* Dejaremos claro que todas las situaciones que se propongan son válidas.

En la segunda sesión expondrán “los soles” que han hecho en la sesión anterior, y los compañeros y compañeras podrán añadir más líneas al sol (otras situaciones en las que sienten esa emoción). El profesor o profesora también podrá añadir más situaciones.

Al terminar pegaremos los soles en clase para decorar las paredes.

## **SESIÓN N°4**

### **LOS SOLES DE LAS EMOCIONES 2**

En la segunda sesión expondrán “los soles” que han hecho en la sesión anterior, y los compañeros y compañeras podrán añadir más líneas al sol (otras situaciones en las que sienten esa emoción). El profesor o profesora también podrá añadir más situaciones.

Al terminar pegaremos los soles en clase para decorar las paredes.

## **SESIÓN N° 5**

### **DIRIJO MI ENFADO**

Los alumnos y alumnas se tumbarán en el suelo haciendo un círculo. El profesor o profesora elegirá una emoción (por ejemplo, el enfado). Los alumnos y alumnas ya saben diferenciar esta emoción por lo que se ha ido trabajando hasta el momento, pero si no fuera así, el profesor o profesora deberá explicar cuáles son las características de esa emoción, qué sentimos cuando tenemos esa emoción, cuándo lo sentimos, etc.

Les preguntaremos ¿Qué hacéis cuando estáis enfadados/as?, ¿Qué hacéis para que se os pase?, etc.

Escribiremos todas las respuestas de los alumnos y alumnas en la pizarra. Explicaremos que todas estas respuestas son reacciones posibles ante esa emoción, pero que no todas son favorables, por lo que se analizarán todas las opciones y se elegirán las más adecuadas. Las respuestas seleccionadas se escribirán en un póster. En ese póster escribiremos: ¿Qué puedo hacer cuando estoy enfadado/a?, y después, las opciones consensuadas por todos y todas.

Cada alumno y alumna volverá a su sitio y en una ficha dibujará dos opciones que haya elegido de todas las escritas en el póster. Por tanto, cuando sienta enfado/a de nuevo, tendrá una respuesta elegida de antemano.

## **SESIÓN N° 6**

### **NORMAS DE CONVIVENCIA**

Es importante que surja la necesidad por parte de los alumnos de crear unas normas que nos ayuden a cuidar y a respetar a todos e intentaremos que la elaboración de las mismas sean por consenso.

Las normas se formularán en positivo y desarrollarán conductas muy claras. Lo mismo ocurrirá con las sanciones previstas, que serán desarrolladas del mismo modo que las normas.

Una vez elaboradas las normas y sus conductas, se irán trabajando durante todo el curso, mediante Rolfe-playing y moldeamiento. Se trata de escenificar la conducta deseable y corregir aquellos comportamientos que en algún momento de su ejecución no son del todo correctos.

## **SESIÓN N° 7**

### **RELAJACIÓN**

Intentaremos buscar un ratito todos los días para que estén relajados.

Les enseñaremos que descansando sobre la mesa y escuchando música relajante, pueden respirar adecuadamente.

Iremos poniéndoles un poco de colonia y dándoles un pequeño masaje para completar el proceso.

## **NOVIEMBRE- DICIEMBRE**

## **SESIÓN N° 8**

### **MI RESPIRACIÓN**

Los alumnos y alumnas tomarán una postura tranquila y cómoda. Pueden estar sentados/as en sus sillas, sentados/as en el suelo o tumbados/as, según el tamaño del aula. El silencio es fundamental en la realización del ejercicio.

El profesor o profesora les pedirá que se den cuenta de su respiración: Daros cuenta de cómo entra el aire en vuestro interior y cómo sale.

Poco a poco les pedirá que introduzcan el aire por su nariz y tranquilamente lo expulsen por la boca. Una vez conseguido esto el profesor o profesora comenzará a contar para darle un ritmo adecuado a este proceso.

Los alumnos y alumnas tomarán aire mientras el profesor o profesora cuenta “uno, dos, tres”. Luego mantendrán la respiración mientras el profesor o profesora cuenta hasta cuatro. Y finalmente expulsarán el aire mientras el profesor o profesora cuenta hasta tres. Es conveniente repetir el proceso unas cuantas veces durante unos cinco minutos.

## **SESIÓN N° 9**

### **VOY A CONSEGUIRLO**

Esta actividad se desarrollará durante el curso académico o en un trimestre. Los alumnos y alumnas trabajarán individualmente.

El profesor o profesora dibujará la imagen de un niño o niña en un folio DIN A3 y le dará a cada alumno y alumna una copia de la misma. Los alumnos y alumnas la personalizarán con sus características. Una vez hecho esto, los alumnos y alumnas se marcarán un objetivo: mejorar la letra, coger el lápiz correctamente, preguntar al profesor o profesora, respetar los turnos, etc.

Escribirán el objetivo marcado en la camiseta del niño o niña dibujado por ellos y ellas.

Una vez terminado todo, colgarán sus dibujos en la pared, uno al lado de otro (como una cadena). Todo esto corresponde a la primera parte de la actividad.

A partir de ahora, cuando cualquier alumno o alumna consiga su desafío escribirá otro desafío en la camiseta del dibujo. Si no queda sitio en la camiseta se le puede añadir al dibujo una gorra o un globo, o lo que ellos y ellas quieran.

Por tanto, el ejercicio no termina nunca. De vez en cuando, es importante tomarnos 5 minutos para reflexionar sobre los objetivos alcanzados y nombrar los objetivos que nos quedan por lograr

## **SESIÓN N° 10**

### **IGUAL PERO DIFERENTE**

Aceptar y reconocer que hay diferentes maneras, todas correctas, de percibir las cosas.

Igual pero diferente actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños. Pág. 152- 153 . Parramón

No todos vemos las cosas de la misma manera, incluso nosotros mismos podemos cambiar el modo de verlas, según nuestro estado de ánimo, humor.

Necesitamos un objeto cotidiano: un lápiz, un cuaderno, un libro, un muñeco,

Se pedirá a varias personas que lo describan y anotaremos sus descripciones.

Al final se hará un debate y reflexión sobre cómo una cosa se puede interpretar de diferentes maneras. Unos damos importancia a unos detalles que para otros pasa desapercibido.

RELAJACIÓN: nos daremos un masaje con una pelota en pareja, primero uno y después el otro.

## **SESIÓN N° 11**

### **AUTOESTIMA:**

Favorecer la aceptación de uno mismo.

Me gusta como soy (actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños. Pág. 120-123. Parramón

Cada niño sentado en su silla, con los ojos cerrado irá haciendo un recorrido desde la cabeza hasta los pies. Según van visualizando su cuerpo(cabeza, pelo, orejas.....) van pensando cosas agradables sobre él. Cuando terminas comparten sus cualidades físicas con los demás.

Las diferencias serán cualidades que nos harán especiales.

En la Asamblea: Cómo nos hemos sentido, nadie es como tú y tú no eres como nadie.

Nuestro aspecto nos hace ser diferente a los demás.

RELAJACIÓN: Los niños se van a ir relajando mediante la técnica de tensión – relajación de las diferentes partes del cuerpo según se lo vamos indicando: tensamos nuestros pies, ahora los relajamos, tensamos nuestras piernas, ahora las relajamos....

## **ENERO-FEBRERO**

### **SESIÓN Nº 12**

#### **-LA CRUELDAD**

Sentimiento negativo hacia alguien acompañado de insensibilidad ante su sufrimiento.

La crueldad puede sentirse:

- Cuando alguien se burla de una persona con el fin de hacerle daño.
- Cuando se trata mal a los animales por diversión.
- Cuando alguien se ríe de una persona que tiene algún defecto físico o que es diferente.
- Cuando no se permite que alguien participe en un juego que le gusta mucho.
- Cuando alguien hace una crítica mordaz.
- Cuando se desprecia a alguien de forma explícita por su aspecto...

Objetivos:

- ✚ Identificar las características básicas de la emoción de la crueldad.
- ✚ Ayudar a crear un sentimiento de empatía.
- ✚ Mostrar las emociones y sentimientos de una manera interiorizada.
- ✚ Fomentar la expresión oral como medio para argumentos e ideas.
- ✚ Tomar contacto con las técnicas de relajación.

LA CRUELDAD (Alfabetización de las emociones).

Conocemos una emoción. “LA CRUELDAD ” “Cuentos para sentir” tomo II. Begoña Ibarrola. Ed. S.M)

Lectura del cuento “La venganza de la fuente” pg. 73.

Reflexiones.

¿Conoces a personas que les guste criticar o poner mote?

¿Cómo crees que se sentiría Martín cuando se burlaban de él?

¿Alguna vez te han puesto un mote o se han burlado de ti?

¿Te gustaría a ti vivir en ese pueblo?

¿Qué te parece lo que hizo la fuente?

¿Qué hubieses hecho tú si hubieras sido la fuente?

¿Cuándo comienzan a ayudarse los unos a los otros? ¿Por qué?

- Puedes dibujar alguna escena del cuento o de la fuente.
- También puedes quitar o poner algo que te inventes.
- Volvemos a identificar la emoción en la cara de los demás.
- Algunos niños/as ponen cara de pena y los distinguimos de los demás.
- Colorear individualmente la carita de tristeza o pena con los rasgos que hemos acordado (mirar a modo de indicadores las caritas de los registros) de color rojo.

### **SESIÓN N° 13**

#### **-EMPATÍA**

Estado emocional caracterizado por la capacidad de ponerse en su lugar, de entender sus motivaciones y de reproducir su estado afectivo.

Manifestamos empatía:

- Cuando ayudamos a un amigo que tiene un problema.
- Al consolar a una persona que sufre.
- Cuando hacemos un regalo pensando en la persona que lo recibe.



- Cuando nos damos cuenta de lo que alguien necesita sin que lo pida.
- Cuando comprendemos el punto de vista de los demás.
- Cuando descubrimos las cosas que les interesan a otras personas.

## **Objetivos**

- Desarrollar la confianza.
- Ponerse en el lugar del otro.
- Hablar de forma clara de aquello que nos ocurre.
- Identificar las características básicas de la emoción del miedo.
- Conocer técnicas de relajación para mejorar el estado anímico y corporal.
- Descubrir algunas normas de comunicación.

## **ACTIVIDAD: AUTOCONOCIMIENTO/CONOCIMIENTO MUTUO**

NOMBRE: \_\_\_\_\_

Contesta a estas preguntas con sinceridad:

- 1.- ¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre? Anota dos aficiones:
- 2.- ¿Qué te gustaría ser de mayor?
- 3.- Sitios preferidos para ir de vacaciones
- 4.- ¿Cuál es tu actividad deportiva favorita?
- 5.- ¿Qué te gusta hacer los domingos?
- 6.- ¿Cuál ha sido el mejor regalo que te han hecho?
- 7.- ¿Cuál es tu grupo musical favorito?

## **SESIÓN N° 14**

### **AUTOESTIMA**

La autoestima es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia

nuestra manera de ser y de comportarnos, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. En resumen, es la percepción evaluativa de nosotros mismos.

## **Objetivos**

- Saber qué es la autoestima y cómo se forma
- Autoconocimiento
- Conocer el propio nivel de autoestima
- Aprender a valorarse
- Dar y recibir afecto
- Autoaceptación
- Aceptación de los demás

## **DINÁMICA DE GRUPO: AUTOESTIMA**

“Ronda de caricias”. Técnicas de dinámica de grupos. M<sup>a</sup> del Mar Romera.

**Desarrollo:** Los alumnos/as se colocarán de pie formando un círculo. Uno a uno va pasando y dando caricias positivas, verbales, físicas, emocionales de manera asertiva a sus compañeros/as.

En asamblea analizaremos si se valoran lo suficiente, cómo se han sentido después de haber recibido y dado caricias, si han descubierto algunos valores que no conocían en ellos o en los demás. Además de hablar de los sentimientos experimentados por cada uno de ellos.

Importante: Compararemos estos sentimientos con los del enfado.

### **-Abrazos musicales:**

Los niños y niñas dan vueltas por la habitación al ritmo de la música, cuando se detiene la música todos se deben abrazar con un compañero. Luego empieza otra vez la música. Deben abrazarse cada vez a una persona diferente.

### **-Esto es un abrazo, ¿un qué?**

Los niños se sientan en círculo. A dice a B, que está a su derecha: “Esto es un abrazo” y le da un abrazo. B contesta “¿Un qué?” y A repite “un abrazo”. Luego B realiza el mismo procedimiento con C, y C con D... hasta que se llegue al final del círculo.

Se puede diversificar el juego con “una caricia”, “un apretón de manos”..

## **SESIÓN N° 15**

### **¿ALLÍ O AQUÍ?**

Los alumnos y alumnas se pondrán de pie y el profesor/a les presentará una actividad. Se nombrarán diversas actividades y a quienes les guste se moverán a la derecha, y a quienes no les guste a la izquierda. Se debe hacer muy rápido, sin prestar atención a lo que hacen el resto.

Actividades posibles: dibujar, ballet, fútbol, matemática, limpiar los platos, hacer la cama, etc.

Después se puede hacer la actividad más compleja. En vez de decir el nombre de una actividad podemos decir una situación. Quienes estén de acuerdo con lo que se plantea irán a la derecha, y quienes no a la izquierda.

Situaciones posibles:

- El profesor/a le pide a ----- que esté en silencio. Cuando el profesor/a se da la vuelta ----- le hace gestos para que el resto se rían.
- Iñigo le propone a un chico, al que ve apartado y que conoce poco , jugar con ellos a fútbol.

Para terminar el ejercicio se sentarán todos y todas en el suelo y harán una reflexión: si han tenido dudas, si en algún momento se han sorprendido con la decisión de alguien, etc.

## **MARZO- ABRIL**

### **SESIÓN N° 16**

#### **HACIENDO AMIGOS Y AMIGAS**

Una manera de presentar el ejercicio es hablar de las ventajas de ayudar a otra persona, de hacer las cosas en grupo. Se pueden lanzar preguntas como: ¿Qué es para vosotros y vosotras ayudar?, ¿Cómo nos sentimos cuando ayudamos a otras personas?, ¿Cómo nos sentimos cuando hacemos algo en grupo?, ¿Aprendemos algo?, ¿Hay que ayudar en todas las situaciones?...

Después de esta pequeña introducción les comentaremos que vamos a poner en práctica la experiencia de ayudarse mutuamente. Elegimos a dos compañeros o compañeras de clase. Durante esta semana, van a ser protagonistas del plan de amistad: se ayudarán, se preguntarán diariamente cómo están, se ayudarán a estar atentos/as en clase, a recordarse cuáles son los deberes, a ayudarse cuando no entienden algo, a jugar juntos/as en los descansos...

Al finalizar la semana explicarán al resto de los compañeros y compañeras cómo se han sentido, si han aprendido algo, si se han sentido ayudados y ayudadas, si ha sido una experiencia agradable...

### **SESIÓN N° 17**

#### **SEMANA DE LA ASERTIVIDAD**

Hablaremos con los alumnos y las alumnas sobre la asertividad y su importancia. Les preguntamos qué se puede hacer para que ellos y ellas sean asertivos y asertivas en su vida diaria. Es posible que por ser una palabra nueva para ellos y ellas, no se les ocurra ningún ejemplo, por ello, podemos dirigirles. Con las respuestas que obtengamos podemos realizar el póster de las normas de asertividad, con el título Soy asertivo/a.

Posibles normas:

- Levantar la mano antes de hablar./ Respetar los turnos para hablar.
- Preguntar cuando no entiendo algo./ Pedir las cosas “por favor” y dar las “gracias”.
- Preguntar a los compañeros y compañeras cómo están./ Si tengo un conflicto con alguien, hablar para intentar solucionarlo.
- Saludar al salir y entrar en clase. /Cuando alguien me habla mirarle.

Cuando terminemos el póster iniciaremos “la semana de la asertividad”. Veremos si estas normas se cumplen o no. Por cada norma que se cumpla pondremos una pieza de un puzzle. En el puzzle habrá una imagen relacionada con la asertividad.

## **SESIÓN N° 19**

### **MI ACTITUD FRENTE A LAS TAREAS**

**Objetivo:** Analizar las actitudes con que se afrontan las diferentes actividades cotidianas y aprender a realizarlas con una actitud más positiva.

**Descripción:** nuestra vida está llena de actividades. Algunas son rutinarias, otras improvisadas o las planificamos. Unas serán más motivadoras que otras pero todas tenemos que intentar realizarlas con una actitud lo más positiva posible.

## **SESIÓN N° 20**

### **CUALES SON MIS SUEÑOS**

Los alumnos y alumnas se sentarán en círculo y les contaremos dos situaciones. Les diremos que debemos buscar entre todos y todas una solución a estas dos situaciones.

- La situación de Eneko

A Eneko le gusta mucho hablar delante de la gente y organizar pequeños shows, le encanta el cine. Su sueño es ser actor

Preguntas posibles para los alumnos y alumnas: ¿Cuál puede ser el objetivo de Eneko?, ¿Ser estrella de Hollywood? Si ése es su sueño, ¿qué opciones tiene de lograrlo?,

¿Puede tener un objetivo más real, sin dejar de lado su sueño de ser actor?, ¿Ser actor de teatro es ser actor?,

¿Puede tener algún otro trabajo y ser actor?, ¿Puede empezar a dar sus primeros pasos para lograr su sueño?, ¿Cuál va a ser su premio al lograr su sueño?

- La situación de Ainara

A Ainara le encanta la ciencia. La primera vez que entró en el laboratorio de la escuela sintió que ése era su sitio.

## **MAYO- JUNIO**

### **SESIÓN N° 21**

#### **ANUNCIO**

Hacemos grupos e introducimos el tema: cuál es la comida saludable, la importancia del ejercicio físico, peligros de la comida rápida, del sedentarismo, etc.

Los alumnos y alumnas deben hacer un anuncio con los aspectos que consideren importantes para lograr una vida saludable. Buscarán un slogan y harán un anuncio de dos minutos.

En la siguiente sesión veremos los anuncios y comentaremos si las propuestas planteadas son válidas, si se han olvidado de decir algo, etc.

### **SESIÓN N° 22**

#### **MÁS ALLÁ DE LAS PALABRAS**

**Objetivo:** Reconocer en expresiones que utilizamos habitualmente las emociones que contienen.

**Material:** listado de emociones

**Participantes:** grupal.

**Descripción:** concretar las emociones que hay tras las expresiones cotidianas que experimentamos, valiéndonos de pequeñas dramatizaciones en las que empleemos algunas emociones del listado.

### **SESIÓN N° 23**

#### **CÓCTEL DE EMOCIONES**

**Objetivo:** Comprender la ambivalencia emocional.

**Material:** papel y bolígrafo.

**Participantes:** grupal.

**Descripción:** Hay situaciones que pueden provocar más de un sentimiento. En la mayoría de los casos se acepta la ambivalencia de dicho sentimiento contradictorio.

Contar experiencias vividas y responder a preguntas en las que se pongan de manifiesto las emociones encontradas que se pueden experimentar.

#### **SESION: RELAJACIÓN**

Antes de empezar la sesión de relajación:

Sentamos a los niños/as en semicírculo, sobre las alfombrillas que previamente hemos preparado.

Les explicamos que vamos a realizar una sesión de relajación. Se van a tumbar y realizar una serie de instrucciones que les van a ayudar en la relajación.

Escucharán una música de fondo en la que se centrarán mientras que no oigan la voz de la profesora.

El ejercicio de relajación consiste en tensar y relajar diferentes partes del cuerpo.

Les explicamos que es muy importante que mantengan los ojos cerrados y que no toquen a los compañeros porque podrían distraerlos.

Iniciamos la sesión:

Haremos una relajación segmentaria, que consiste en tensar y relajar las diferentes partes del cuerpo, empezando por las extremidades y desde abajo hacia arriba; terminamos en la cabeza y la cara.

De nuevo acompañamos la relajación con música apropiada para la ocasión.

“Tumbados en el suelo, ocupamos el lugar suficiente, dejando bastante espacio entre unos y otros. Mantenemos piernas y brazos extendidos sobre el suelo y ligeramente separados, con las palmas de las manos hacia arriba. Es mejor hacerlo con los zapatos quitados.

Cerramos lo ojos y vais a escuchar mis instrucciones: “notamos como nuestro cuerpo está tumbado y extendido sobre el suelo, notamos como nuestro cuerpo toca el suelo, nos damos cuenta que nuestra espalda se apoya en el suelo a lo largo de varios puntos, somos conscientes de esos puntos (parte superior de la espalda...cadera..), nuestra cabeza, las piernas, los pies, toda la longitud de nuestros brazos está sobre el suelo, notamos como nuestro cuerpo pesa, es como si algo nos empujara sobre el suelo.

Nuestra mente se concentra en las piernas, cogemos aire por la nariz, tensamos o apretamos las piernas, (como hacemos por la mañana cuando nos levantamos y estiramos las piernas...) las apretamos y luego las relajamos a la vez que soltamos el aire. Respiramos una vez más y descansamos. Volvemos a coger aire, tensamos los brazos, y relajamos a la vez que soltamos aire... mientras yo cuento, uno... dos...tres, ... respiramos de nuevo profundamente. Ahora apretamos el “culete” y la barriga y volvemos a relajar, hacemos dos respiraciones profundas y descansamos un momento (uno, dos, tres). Ya estamos arriba... notamos nuestro cuello, lo tensamos, mantenemos un momento y soltamos lentamente. Somos conscientes de la presión que ejerce nuestra cabeza sobre el suelo. Centramos la atención en la cabeza, intentamos dejar nuestra mente en blanco, relajada, nos dejamos llevar por las palabras y ordenes que nos van dando. Cogemos aire y tensamos la cara, frente, boca, músculos de la cara, soltamos aire por la boca y relajamos.



Cuando hemos trabajado todas las zonas del cuerpo, hacemos varias respiraciones profundas, largas y tranquilas (no más de tres), dejamos pasar unos minutos mientras que escuchamos la música. A continuación y suavemente vamos dando instrucciones para que vayan moviendo lentamente partes del cuerpo, abran los ojos, y para incorporarse, pasamos de tumbado de lado a sentados y por último de pie, todo ello con lentitud, y cada uno a su ritmo (cuando esté preparado para incorporarse).

Conclusión: Podemos hacer preguntas sobre:

Las sensaciones que han tenido (frío, calor, hormigueo, pesadez, sueño, aburrimiento...), antes, durante y después de la sesión.

Pensamientos que se les han venido a la cabeza (¿ven personas, familiares, cómo estaban esos familiares, qué otras imágenes han tenido, ...eran de paz, alegría?)

Con qué color relacionan la experiencia de la relajación.

En qué momentos del día y situaciones pueden practicar esta técnica de relajación.

# RECURSOS

3<sup>o</sup> Y 4<sup>o</sup>

## BLOQUE 1: CONCIENCIA EMOCIONAL (DE 8 A 10 AÑOS)

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁGINAS
¡Fíjate!	Reconocer e identificar las emociones de los demás	Se les plantea una situación en la que unos niños juegan y otro está solo. Cómo se sienten unos y otros	8 a 10	12-13
Menudo problema	Expresar quejas o insatisfacciones en situaciones del día a día	Se les cuenta una situación y se ponen en el lugar del otro.	8 a 10	14-17
¿Cómo te sientes?	Reconocer las emociones a través de las expresiones faciales	Se presentan caras con diferentes emociones y hay que reconocerlas y ver cuando las sienten	8 a 10	26-27
¿Has visto mi libreta?	Valorar la importancia de ser sinceros y decir la verdad.	Se cuenta una historia en la que una niña miente y a partir de ahí trabajar la importancia de decir la verdad.	8 a 10	34-37
Más allá de las palabras	Reconocer las emociones que contienen las expresiones que utilizamos de forma cotidiana	Analizar expresiones y ver que emociones se pueden esconder detrás de ellas.	8 a 10	42-45

## BLOQUE 2: REGULACIÓN EMOCIONAL (DE 8 A 12 AÑOS)

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁG.
Vamos a aprender a desenfadarnos	Identificar diferentes maneras de desenfadarnos.	Se relaciona, mediante flechas, cada frase con estrategias adecuadas para desenfadarte.	De 8 a 12 años	60/63
Boomerang	Regular la emoción de la envidia y contribuir a hacer un mundo mejor.	Contamos una historia del señor de las flores. Reflexión y valoración de preguntas.	De 8 a 12 años	74/77
Positivo y negativo	Pensar las cosas de forma positiva	Valoramos a las personas cuando tienen una actitud positiva y optimista.	De 8 a 12 años	78/79
¿Mala suerte? ¿Buena suerte?	Aprender que ante un acontecimiento que en principio parece negativo puede tornarse en positivo.	Contamos una historia china. Introducimos el refrán de "No hay mal que por bien no venga"	De 8 a 12 años	80/81
¿Todo lo hago bien?	Aceptar la parte de responsabilidad y culpa de los conflictos.	Se leen varios ejemplos de conflictos e identifican que las dos personas tienen su parte de responsabilidad.	De 8 a 12 años	82/85
¿Es cierto?	Reflexionar sobre nuestra manera de pensar, manías....	Se plantean preguntas que pueden responder oralmente o por escrito. Después de escribirlas en un papel se comentan después	De 8 a 12 años	86/87
El semáforo	Adquirir una estrategia para regular las emociones negativas.	Individualmente o en grupo se elabora un semáforo. Se escenifican situaciones conflictivas entre varias personas y utilizar el semáforo para resolverlas.	De 8 a 12 años	68/71
Respira y relájate	Aprender a relajarnos.	Nos sentamos o tumbamos cómodamente. Ponemos música de fondo relajante y aprendemos a respirar correctamente.	De 8 a 12 años	72/73

## BLOQUE 3: AUTONOMÍA EMOCIONAL- AUTOESTIMA

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁG.
Tarjeta presentación	Favorecer la formación de la identidad personal	Cada jugador elabora una tarjeta de presentación, que consiste en dibujar en un folio algo que le represente, es decir, si le gusta el monte puede hacer un paisaje, si le gusta leer, un libro... lo que cada niño desee que sea su presentación al grupo. La tarjeta también llevará el nombre del niño en letras grandes. Cuando todos la han preparado se ponen en círculo y cada uno se va presentando a los demás diciendo "Yo me llamo... esta es mi tarjeta de presentación (mostrando el dibujo a los compañeros) y he dibujado esto porque..."	8 años	90 y 91 AMPLIACIÓN EN LA P. 92 Y 93
El tesoro de los recuerdos	Descubrir la propia historia personal	Buscar en casa cosas que formen parte de sus recuerdos ( dibujos, ropa, juguetes..) desde la infancia hasta la actualidad. Luego se exponen en clase Y se explica or qué lo han traído y como han sentido con la experiencia.	A partir de 7 y 8 años	100 y 101
Estrella de los elogios	Fomentar la creatividad y la valoración de uno mismo.	En una estrella de papael o cartulina con nuestro nombre, escribimos elogios. Les damos pistas de posibles elogios y valoramos las cosas buenas que tenemos. Podemos hacer las estrellas que queramos.	A partir de 7 y 8 años	102 y 103
Me doy permiso para sentir	Aceptar nuestras emociones y sentimientos como parte de	Se cuenta la historia de un niño que al discutir con un amigo se pone a llorar y		104 Y 105,106

	nosotros mismos	<p>sus compañeros se burlan de él. Después reflexionarán sobre lo ocurrido y cómo actuarían ellos. Posteriormente, les esponemos diferentes emociones y explicarán cuales son las que creen que pueden sentir y no importarles lo que digan los demás.</p>		107
Me gusta como soy	Favorecer la aceptación de uno mismo	Con los ojos cerrados visualizarán todas las partes de su cuerpo y dirán como son , compartiéndolo con los demás	A partir de 8 años	110/113
Flor de la amistad	Identificar cualidades positivas de uno mismo, con ayuda de los demás	<p>En pétalos de colores, los compañeros escribirán alguna de nuestras cualidades. En el centro de la flor estará nuestro nombre. Al final se hace una exposición de todas.</p>	A partir de 7 y 8 años	116 - 117
Cualidades Positivas	Reflexionar y tomar conciencia de nuestras cualidades	<p>Cada uno se dibuja a sí mismo y por detrás se van poniendo cualidades positivas: yo soy... Cada uno se dibuja con sus dos mejores amigos de clase. Por detrás explican por qué los han elegido y posteriormente se van leyendo. Refuerza la cohesión de grupo y la autoestima.</p>	A partir de 8 años	
El foco	Identificar cualidades positivas de uno mismo, con ayuda de los demás	En grupos pequeños, una persona es el foco y los demás escriben en un papel una cualidad de esa persona. De esa manera todos reciben algo bueno del resto de compañeros.		
Gallinita ciega	Identificar cualidades positivas de uno mismo, con ayuda de los demás	Todo el grupo en círculo, una persona en el centro con un antifaz: se acerca a alguien del círculo y esa persona le		

		tiene que decir “admiro de ti ...” y así tres veces. Luego se cambia de persona. Todos los participantes reciben 3 halagos sin saber de quién.		
--	--	--	--	--

## BLOQUE 4: HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES (DE 8 A 10 AÑOS)

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁG.
Qué hacer cuando algo no me gusta.	Saber reaccionar de manera adecuada ante lo que nos desagrada.	Entrenar la habilidad de decir las cosas de una manera correcta.	8 a 10	120-125
La otra cara de la moneda	Entender que hay diferentes maneras de ver las cosas y aceptar el punto de vista de los demás.	Los mismos hechos pueden tener diferentes interpretaciones dependiendo de cultura, experiencias previas, estado de humor.	8 a 10	150- 151
Igual pero diferente	Reconocer y aceptar que hay diferentes maneras, todas correctas, de percibir las cosas.	No todos vemos las cosas de la misma manera. Tienen que describir un objeto cotidiano y los demás que adivinen qué es.	8 a 10	152-153
Juguemos a adivinar	Reconocer la importancia de la comunicación no verbal	Se anotan diferentes situaciones en papeles y los alumnos lo expresan con mímica y los demás lo adivinan.	8 a 10	126-127

## BLOQUE 5: HABILIDADES DE VIDA (DE 8 A 10 AÑOS)

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁGINAS
Puedes divertirte con algo aburrido	Descubrir que somos responsables ante nuestro estado de ánimo.	Se realizan dos listas. Una con aburrimiento y otra con diversión. A muchos alumnos les divierten las mismas cosas.	De 8 a 10 años	156/157
Vivo rodeado de gente maravillosa	Tomar conciencia de qué personas son importantes para nosotros.	Se hace un collage con las personas que son muy importantes en mi vida. Familiares, amigos, conocidos.	De 8 a 10 años	158/159
Una ayuda no es una Deuda	Comprender que hacemos cosas por los demás de forma desinteresada.	Cuadro de los días de la semana. Se registran todas las cosas desinteresadas que se hacen cada día.	De 9 a 10 años	166/169
Mi actitud frente a las Tareas	Analizar las actitudes con las que afrontamos las tareas diarias.	Cuadro con las siguientes entradas: Actividad/motivación /Esfuerzo/ Resultado.	De 8 a 10 años	170/173
Mis talismanes secretos.	Reflexionar sobre los recursos que podemos poner en juego para mejorar el estado emocional.	Recuerdos positivos listado.	De 8 a 10 años	178/179
¿Soy pesimista y optimista?	Reflexionar sobre las características de las personas optimistas	Imagen de un optimista: lista de sus rasgos fundamentales.	De 8 a 10 años	180/181
Vale más prevenir que Curar	Hablar sobre hábitos saludables.	Lista de hábitos y valoración de 1 10	De 8 a 10 años	182/183
Inventario de sucesos agradables.	Aprender a centrar la atención en los sucesos agradables que nos suceden	Diario de cosas positivas que han sucedido en su vida.	De 8 a 10 años	186/187



a menudo.

## CUENTOS PARA SENTIR Y PENSAR 1: EDUCAR LAS EMOCIONES (Begoña Ibarrola Ed. SM)

EMOCIÓN	DESCRIPCIÓN	CUENTOS 3º	CUENTOS 4º
<b>LA ALEGRÍA</b>	P. 13	Aventura en el río.....pag. 15 Todos contentos.....pág. 21	Peligro en el mar...p.26 Buscando conchas...p. 31 El águila y la montaña...p. 37
<b>LA TRISTEZA</b>	P. 45	El sauce que no quería llorar... p. 47 Rosa ya no es Rosita....p.51 La temida hora del recreo...p.55	Ojo de Gaviota p. 61 ¿Qué le pasa a Mugán? p. 67
<b>EL ENFADO</b>	P. 75	El oso gruñón....p. 77 Un paseo por las estrellas....p.82 El príncipe desencantado....p.88	Jaime no sabe decir “no”p.92 El día en que el Sol se enfadó..p.97 ¡Venga Elisa, date prisa!...p.10
<b>EL MIEDO</b>	P. 109	La hormiga viajera....p.111 Al final del pasillo....p. 116 Un jarrón de la China....p. 121	La flor aventurera...p.127 ¿Cuánto cuesta el valor?...p.132
<b>EL ORGULLO</b>	P.142	La hojita presumida.....p.145 El vendedor ambulante...p.149	Algo pasa en las Pléyades...p.154 Pirindicuela...p.160 Lago de montaña...p.165
<b>LA ENVIDIA Y LOS CELOS</b>	P.172	Las dos coronas...p.175 La leyenda de Arturus...p.180 Encuentro en las pirámides...p.186	Yo soy el mayor...p.190 Itziar quiere ser un abeto...p.196
<b>LA CONFIANZA EN UNO MISMO</b>	P.204	El príncipe que perdió la memoria...p.20	Pequeño Oso Blanco...p.216

		Mi colección de piropos...p.211	Nadie quiere a Isabel...p.221 Crisol y su estrella...p.225
<b>LA VERGÜENZA</b>	P. 232	Caruso no quiere cantar...p.235 El hermano de Elena...p. 242 La araña Catafaina está muy rara...p.24	Visitas, ¡Vaya rollo!...p.255 La historia de Dracolino...p.261
<b>LA CULPA</b>	P. 268	El cumpleaños de Leire...p.271 Un ángel impaciente...p.277	Marta se siente culpable...p.284 Tú tienes la culpa de todo...p.289 El cazador de grillos...p.294

→ **RECURSOS PARA FOMENTAR LA AUTOESTIMA- EDUCACION 3.0**

<http://www.educaciontrespuntocero.com/mailling/2014/0312/>

→ **CORTOS PARA EDUCAR EN VALORES**

<http://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/cortometrajes-educar-en-valores/16455.html>

<http://www.orientacionandujar.es/>

[www.palabrasaladas.com/di\\_lo\\_que\\_sientes/taller.html](http://www.palabrasaladas.com/di_lo_que_sientes/taller.html)

[http://www.palabrasaladas.com/entrenate\\_para\\_sonar/guia\\_de\\_explotacion\\_lectora.html](http://www.palabrasaladas.com/entrenate_para_sonar/guia_de_explotacion_lectora.html)

## **ACTIVIDADES DE QUINTO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

### **SEPTIEMBRE-OCTUBRE**

**Acogida:**

JUEGOS DE PRESENTACIÓN

#### **SESIÓN 1**

Bloque 3: Tarjeta de presentación. Normas de aula

#### **SESIÓN 2**

Bloque 3: Flor de la amistad

#### **SESIÓN 3**

Bloque 3: Mi retrato

#### **SESIÓN 4**

CUENTO: GRATITUD

“Puente de Pausandú”

### **OCTUBRE-NOVIEMBRE**

DIARIO EMOCIONAL

#### **SESIÓN 5:**

Bloque 1: Fijate

#### **SESIÓN 6:**

Bloque 5: Vivo rodeado de gente maravillosa

#### **SESIÓN 7:**

Bloque 5: La luciérnaga

#### **SESIÓN 8:**

CUENTO: ILUSIÓN  
“El viaje de Wanyñ”

### **NOVIEMBRE -DICIEMBRE**

#### **SESIÓN 9**

Bloque 2: Vamos a aprender a desenfadarnos

#### **SESIÓN 11**

Bloque 4: Conozco nuevos amigos y voy de compras

#### **SESIÓN 12**

CUENTO: SOLIDARIDAD

“Se busca un trozo de estrella”

### **ENERO-FEBRERO**

#### **SESIÓN 13**

Bloque 1: Mi película

#### **SESIÓN 14**

Bloque 2: Respira y relájate

#### **SESIÓN 15**

Bloque 4: El rumor

#### **SESIÓN 16**

CUENTO: CRUELDAD

“La venganza de la fuente”

## FEBRERO-MARZO

### **SESIÓN 17**

Bloque 5: El autocar

### **SESIÓN 18**

Bloque 2: Los pelos de punta

### **SESIÓN 19**

Bloque 4: El bote de colores

### **SESIÓN 20**

CUENTO: ANSIEDAD  
“Domingo el pararrayos”

## MARZO-ABRIL

### **SESIÓN 21**

Bloque 3: El imán

### **SESIÓN 22**

Bloque 1: Vencedores y vencidos

### **SESIÓN 23**

Bloque 5: Los cuadros cooperativos

### **SESIÓN 24**

CUENTO: SORPRESA  
“Buscando mis alas”

## ABRIL-MAYO

### **SESIÓN 25**

Bloque 3: El regalo

### **SESIÓN 26**

Bloque 1: Un álbum de emociones y decisiones

### **SESIÓN 27**

Bloque 5: ¿Qué te interesa?

### **SESIÓN 28**

CUENTO: VALENTÍA  
“La princesa y el dragón”

## MAYO-JUNIO

### **SESIÓN 29**

Bloque 4: ¿Qué hay detrás de la puerta?

### **SESIÓN 30**

Bloque 2: Controló mis pensamientos

### **SESIÓN 31:**

Bloque 4: La otra cara de la moneda

### **SESIÓN 32**

CUENTO: EMPATÍA  
“Una ciudad en la arena”

## **ACTIVIDADES DE SEXTO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

### **SEPTIEMBRE-OCTUBRE**

**Acogida:**

JUEGOS DE PRESENTACIÓN

#### **SESIÓN 1**

Bloque 3: Aleluyas clase

Normas de aula

#### **SESIÓN 2**

Bloque 3: Árbol de la amistad

#### **SESIÓN 3**

Bloque 3: Me gusta como soy

#### **SESIÓN 4**

CUENTO: GRATITUD

“Gracias Juan”

### **OCTUBRE-NOVIEMBRE**

DIARIO EMOCIONAL

#### **SESIÓN 5:**

Bloque 5: ¿Soy pesimista y optimista?

#### **SESIÓN 6:**

Bloque 5: Mis talismanes secretos

#### **SESIÓN 7:**

Bloque 1: Todo un artista

#### **SESIÓN 8:**

CUENTO: ILUSIÓN

“¿Para qué sirven los sueños?”

### **NOVIEMBRE -DICIEMBRE**

#### **SESIÓN 9**

Bloque 2: Mala suerte, buena suerte

#### **SESIÓN 11**

Bloque 4: ¿Qué hacer cuando algo no me gusta?

#### **SESIÓN 12**

CUENTO: SOLIDARIDAD

“Chusco un perro callejero”

### **ENERO-FEBRERO**

#### **SESIÓN 13**

Bloque 1: S.O.S

#### **SESIÓN 14**

Bloque 2: ¿Todo lo hago bien?

#### **SESIÓN 15**

Bloque 4: Hago un comic

#### **SESIÓN 16**

CUENTO: CRUELDAD

“Blanca y su amigo el lobo”

## **FEBRERO-MARZO**

### **SESIÓN 17**

Bloque 5: El ascensor

### **SESIÓN 18**

Bloque 2: El enfado

### **SESIÓN 19**

Bloque 4: El Construcción del  
concenso

### **SESIÓN 20**

CUENTO: ANSIEDAD  
“¿Dónde está el paro?”

## **MARZO-ABRIL**

### **SESIÓN 21**

Bloque 3: Asertividad

### **SESIÓN 22**

Bloque 1: Más allá de las palabras

### **SESIÓN 23**

Bloque 5: Mi actitud frente a las  
tareas

### **SESIÓN 24**

CUENTO: SORPRESA  
“Un regalo de sorpresa”

## **ABRIL-MAYO**

### **SESIÓN 25**

Bloque 3: Diferentes emociones una  
misma solución

### **SESIÓN 26**

Bloque 2: Historias personalizadas

### **SESIÓN 27**

Bloque 5: El enigma

### **SESIÓN 28**

CUENTO: VALENTÍA  
“El club de los valientes”

## **MAYO-JUNIO**

### **SESIÓN 29**

Bloque 4: La noticia

### **SESIÓN 30**

Bloque 2: Boomerang

### **SESIÓN 31:**

Bloque 4: La misma historia

### **SESIÓN 32**

CUENTO: EMPATÍA  
“De ocho a ocho”

- Bloque 1: Conciencia Emocional
- Bloque 2: Regulación Emocional
- Bloque 3: Autonomía Emocional
- Bloque 4: Habilidades Sociales
- Bloque 5: Habilidades de Vida

Se ha temporalizado por meses, distribuyendo las actividades que desarrollan los diferentes bloques. La última sesión de cada mes se dedicará a trabajar un cuento donde aparecen distintas emociones: gratitud, ilusión, solidaridad, ansiedad, sorpresa, valentía, crueldad y empatía.

A principio de curso se presentará el Diario Emocional y las normas de clase.

Las actividades se distribuyen en sesiones de septiembre a junio, separadas por niveles (5º y 6º). Hemos seleccionado un total de 32 actividades y 8 cuentos por nivel, aunque el banco de recursos es mayor, pudiéndose utilizar para ampliar o sustituir algunas de las actividades.

Todas las actividades y cuentos están recogidas en los anexos.

La bibliografía utilizada:

- “Cuentos para Sentir 2” Begoña Ibarrola. Editorial SM
- “Guía de la mediación escolar” Carmen Boqué. Editorial Octoedro
- “Actividades para el desarrollo de la Inteligencia Emocional” Ana Zurita. Montserrat Cuadrado. Gemma Filella. Elia López. Nuria Pérez. Editorial Parramonç

# RECURSOS

5<sup>o</sup> Y 6<sup>o</sup>



BLOQUE 1 CONCIENCIA EMOCIONAL

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁGINAS
Fíjate	Reconocer e identificar emociones de los demás	Para conocer las emociones y los sentimientos se escoge entre 5 sentimientos básicos: miedo, alegría, rabia, tristeza, amor y se propone un sencillo diálogo.	8 a 12	12/13 Parramon
Mi película	Aprender a conocernos y verbalizar sentimientos personales, deseos, emociones...	Se reparte una emoción por grupo (enfado, alegría, tristeza, miedo...) y los integrantes dibujan una escena de su vida relacionada con ella. Cuando han terminado explican su escena brevemente a sus compañeros.	8 a 12	68/69 Programa “cultivando emociones”
Todo un artista	Aceptar que no todos aceptamos la realidad de la misma manera.	Dibujar un gesto de una emoción, enseñárselo a distintas personas para que escriban detrás la emoción que creen que representan.	8 a 12	22/23 Parramon
Vencedores y vencidos	Reconocer las emociones de los demás y las propias.	Lectura del cuento “vencedores y vencidos” analizando las emociones que van surgiendo.	8 a 12	28/29 Parramon
¿Has visto mi libreta?	Valorar la importancia de ser sinceros y decir la verdad.	Leer la historia “Mira tengo una libreta nueva”, terminándola.	8 a 12	34/35 Parramon

	verdad.	con un final que te guste.		
S.O.S.	Saber qué se puede hacer para ayudar a los demás y qué se siente al hacerlo.	A partir de una imagen que observan. Reflexionar sobre ella y valorar qué se hace para ayudar y en qué situaciones.	8 a 12	38/39 Parramon
Más allá de las palabras	Reconocer las emociones que contienen las expresiones que utilizamos de forma cotidiana.	A veces nos encontramos con expresiones coloquiales que pueden herir a determinados niños con problemas físicos o emocionales.	8 a 12	44/45 Parramon
Cóctel de emociones	Comprender la ambivalencia emocional.	Leída una historia, reflexionar sobre las emociones que han sentido los personajes.	8 a 12	46/47 Parramon
Cualidades y acciones	Valorar las diferentes cualidades que tenemos las personas.	Hacer una lista de cualidades relacionadas con acciones que las caractericen. Identificarte con las tuyas. Esta lista deberá contener cualidades positivas.	8 a 12	48 /49 Parramon
¡Menudas diferencias!	Identificar las propias reacciones ante emociones y las de los demás.	Manifestar tus emociones y las de otros ante distintas situaciones en un cuadro.	8 a 12	52/53 Parramon
Un álbum de emociones y decisiones.	Reconocer emociones en uno mismo, reflexionar sobre las reacciones de dichas	Se repartirá una emoción a cada grupo para que, en una cartulina, incluya: foto/dibujos vinculados,	8 a 12	63/64 Programa "Cultivando emociones"

	emociones y relacionar dicha emoción a una situación.	reacciones que despierta y una propuesta para gestionarla. Se encuadernan todas las fichas para hacer un álbum de clase.		
--	---	--	--	--

## BLOQUE 2 REGULACION EMOCIONAL

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁGINAS
Vamos a aprender a desenfadarnos.	Identificar diferentes maneras de desenfadarnos.	Ofrece 5 estrategias para desenfadarte.	10-12	60-63 Parramon
El gran rey Conquistador	Aprender a controlar los impulsos emocionales (regular la impulsividad).	Narra la historia de un rey que tuvo un problema y cómo reaccionó .	10-12	64-67 Parramon
El semáforo	Adquirir una estrategia para regular las emociones negativas.	Se dibuja un semáforo, cuando una situación te irrita, te enfada o te sobrepasa, miras el semáforo y te identificas con las fases que representa. rojo= detente ámbar = respira hondo, verde= explica problema y cómo te sientes.	10-12	68-71 Parramon
Respira y relájate	Aprender a relajarnos	Nos tumbaremos cómodamente y respiraremos tranquilamente. Se puede poner música de fondo mientras el profesor da pautas en tono suave y rítmico.	8-12	72-73 Parramon
Boomerang	Regular la emoción	Contar un cuento corto, a partir de él	8-12	74-77

	de la envidia y contribuir a hacer un mundo mejor.	se reflexiona con preguntas sobre la envidia y el acto de compartir relacionados con la actividad diaria.		Parramon Identificar actuaciones cotidianas en las que se “comparte”.
Positivo y negativo	Pensar las cosas de forma positiva.	Normalmente, cuando las cosas no salen como nosotros queremos sentimos rabia, pero eso no significa que sea malo. se cuenta un cuento y se reflexiona con preguntas.	10-12	78-79 Parramon
¿Mala suerte? ¿Buena suerte?	Aprender que ante un acontecimiento que en principio parece negativo, no hay que desesperarse, porque puede que no lo sea en el futuro.	A partir de una historia reflexionaremos llegaremos a la conclusión que no deberíamos preocuparnos mucho, ni enfadarnos, ni estar triste ya que no sabemos si lo que parece malo de antemano en el futuro puede ser bueno.	8-12	80-81 Parramon A través de algún corto??
¿Todo lo hago bien?	Aceptar la parte de responsabilidad / culpa en los conflictos.	Se leerán varios ejemplos de conflictos ver si saben identificar que las personas que intervienen tienen su parte de responsabilidad. Aceptar la responsabilidad en el conflicto ayuda a crecer emocionalmente.	8-12	82-85 Parramon Tratar los conflictos surgidos en clase? Y valorar la responsabilidad de cada uno?
Controlo mis pensamientos	Atender a la parte racional de los pensamientos y diferenciar entre lo que nos apetecería hacer y lo que debemos hacer	Se plantean situaciones inacabadas y, posteriormente, se pide al alumnado que cumplimente, en grupo, la tabla “Lo que me apetece hacer – Lo que debería hacer”.	8-12	109-111 Programa “cultivando emociones”
Los pelos de punta	Aceptar y comprender nuestros sentimientos	Repartimos una copia de una cara ovalada y con pelos hablaremos de situaciones que nos hagan enfadar,	8/12	147 Octaedro

		dibujaremos una cara enfadada.		
Reformular es lo mismo pero no es igual	Reformular ver el conflicto y poder dar un giro a la situación.	Se realizan dos grupos de tarjetas una de ella con un mensaje agresivo y la otra el mismo mensaje reformulado reduciendo la tensión.	12	125 Octaedro Dramatizar x parejas usando una las tarjetas y luego la otra. Hacer comentario sobre las dos situaciones que se han creado y valorar.?
El enfado	Aprender a canalizar el enfado de forma positiva	Dibujaremos una escalera de emociones relacionadas con el enfado y de forma individual nos identificaremos dentro de la escala.	12	154 Octaedro

### BLOQUE 3 AUTONOMIA EMOCIONAL

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁGINAS
Tarjeta presentación	Favorecer la formación de la identidad personal.	Tarjeta con cualidades. Se pide a otras personas que valoren aspectos positivos de cada niño.	De 8 a 12 años	90/93 Parramon
Una canción para mí	Fomentar la creatividad y la valoración de uno mismo	Versionar una canción conocida, cambiando la letra con características personales.	De 10 a 12 años	96/97 Parramon
Estrella de los elogios	Fomentar la creatividad y la valoración de uno mismo	Realizar una estrella y en cada punta escribir una cualidad positiva de uno mismo.	De 8 a 12 años	102/103 Parramon

Me doy permiso para sentir (ampliada)	Aceptar nuestras emociones y sentimientos como parte de nosotros mismos.	Dar listado de emociones, decir en cuales nos sentimos identificados y no nos importa lo que los demás digan cuando las expresamos. Esta actividad la desarrollaremos individualmente	De 10 a 12 años	106/107 Parramon
Me gusta como soy	Favorecer la aceptación de uno mismo	Describir cualidades físicas de cada uno y compartir con los demás.	De 8 a 12 años	110/113 Parramon
Mi retrato	Tomar conciencia de uno mismo	Realizar un collage con fotografías personales de cada uno en distintas épocas.	De 8 a 12 años	114/115 Parramon
Flor de la amistad	Identificar las cualidades positivas de uno mismo con ayuda de los demás	Realizar una flor y en cada pétalo escribir una cualidad positiva que los demás valoren de uno mismo.	De 8 a 12 años	116/117 Parramon
Las aleluyas de la clase	Conocerse y valorarse a sí mismo y los demás	Construir pareados de sí mismo resaltando una o varias cualidades.	8/12	149 Octaedro
El imán	Reconocer las cualidades positivas de las otras personas	Mezclamos arena con limaduras , el plato representa a la persona, las limaduras sus cualidades positivas, el imán representa elogios , felicitaciones formularemos un elogio y observamos como sacamos las limaduras.	8/12	148 Octaedro

Asertividad	Expresar nuestros sentimientos	Se presentan diferentes situaciones y por parejas comentan respuestas Asertivas a las diferentes situaciones	12	155 Octaedro
El regalo	Desarrollar la capacidad de felicitar a otro	Construimos una caja entre todos , la forraremos con dibujos hechos por los alumnos, haremos una ranura, tipo buzón escribiremos mensajes de felicitación a lo largo de la semana, dejaremos papeles cerca de la caja, al final de semana se leerán los mensajes y se entregarán a quien correspondan	8/12	144 Octaedro
La biblioteca de los sentimientos	Conocer como nos sentimos nos ayuda a entender nuevas situaciones.	En grupo los alumnos dicen como se sienten en diferentes situaciones, en la pizarra se clasificaran en “nos sentimos bien” y “nos sentimos mal”	8/12	145 Octaedro
El árbol de la amistad	Construir la imagen propia partir de la valoración que los demás hacen de nosotros.	Cada alumno dibuja un árbol, en el tronco escriben su nombre, en una cuartilla dibujan hojas y escriben una valoración positiva, elogio de su compañero.	8/12	151 Octaedro
Diferentes emociones una misma situación	Tener en cuenta los sentimientos de los demás.	Se les da una situación donde aparece un conflicto	8/12	151 Octaedro

		por grupos plantearan a los restantes la situación y éstos deberán decir cuáles son los sentimientos de cada persona del conflicto.		
--	--	---	--	--

#### BLOQUE 4 HABILIDADES SOCIALES

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁGINAS
Técnicas de Role-playing: lo siento y acepto tus disculpas.	Conseguir que los alumnos se disculpen y perdonen a sus compañeros.	Se recojan situaciones diferentes donde plantearán, en pequeños grupos, situaciones donde tienen que pedir perdón y perdonar, reconocer que se han equivocado y disculparse.	De 10 a 12 años	
Conozco nuevos amigos y voy de compras.	Conocer estrategias para hacer amigos y también para desenvolverse en una ciudad: comprar un billete....	Practicaremos en grupos o en parejas el inicio de conversaciones en distintas situaciones con personas u otros niños desconocidos. Ejemplos: el inicio de un	De 10 a 12 años	



		campamento o un equipo deportivo o lugares de espera, comprar un billete de tren..etc.		
“Qué hacer cuando algo no me gusta”	Saber reaccionar de una manera adecuada ante lo que nos desagrada.	Ante una situación desagradable se comentarán las diferentes reacciones.	De 10 a 12 años	120 Parramon
“El rumor”.	Reconocer la importancia de tener la información correcta antes de tomar decisiones	María piensa equivocadamente que un amigo suyo está criticando a otro y se lo dice. Esto hace que rompan la amistad.	De 10 a 12 años	128 Parramon
Hago mi comic	Dar a conocer mediante comics como se pueden solucionar los conflictos	Elaboración de comics que reflejen situaciones cotidianas de conflicto en el que aparezcan dos finales (adecuado/inadecuado)	De 10 a 12 años	
“¿Nos paramos a pensar?”.	Pensar en diferentes problemas que los alumnos pueden tener.	Reconocer y analizar en diferentes contextos los problemas, abriendo un debate sobre problemas	De 10 a 12 años	144 Parramon

		escolares o derivados de su vida familiar o social .		
Video sobre conductas inadecuadas	Hacer alumnos críticos con las conductas inadecuadas.	Debatir después de ver un video de televisión, sobre las conductas inadecuadas	De 10 a 12 años	(Videos en you tube relacionados con “Las peores peleas en los platós de televisión, “Destrozos o violencia en partidos de fútbol o cualquier deporte)
“La otra cara de la moneda”	Entender que hay diferentes maneras de ver las cosas, y aceptar el punto de vista de los demás.	Con el modelo del football identificar cómo se siente cada uno después de un partido dependiendo del equipo al que pertenezcan.	De 10 a 12 años	150 Parramon
Situaciones cotidianas Introducir quizás en recursos los juegos que conocemos de mesa.	Solucionar planteamientos de la vida diaria de una forma lúdica	Juegos interactivos en los que deberán seleccionar la respuesta idónea ante diferentes planteamientos de la vida diaria.	De 10 a 12 años	Web: edufores, vedoque
¿La misma historia?	Desarrollar el pensamiento creativo para solucionar los conflictos.	Leeremos una historia sin explicar el final, pediremos a los alumnos que sean creativos y	8/12	175 Octaedro

		busquen un final creativo, sorprendente inesperado, finalmente se compartirán los diferentes finales.		
El bote de colores	Tomar decisiones en grupo	Mostramos a toda la clase un bote lleno de lápices de colores lo dejamos en un lugar donde puedan verlo, pero no pueden contar los colores que hay, pedimos a los alumnos que estimen cuantos colores hay, lo apuntan en una hoja , van comparando primero por parejas luego de cuatro en cuatro cuantos colores estimado cada uno, finalmente deben llegar a acuerdo del número de colores que hay en el bote.	8/12	176 Octaedro
Qué hay detrás de la puerta	Comprender una situación conflictiva y entender qué es importante de verdad en un conflicto.	En grupo de tres se pensará en un problema que les afecte o les haya afectado un alumno explica el problema, otra hace preguntas abiertas, intentando averiguar cómo se siente y reformulado la situación. El tercero observa,	12	178 Octaedro

		posteriormente explica lo observado, finalmente se intercambian los roles		
Construcción del consenso	Tomar decisiones por consenso nos ayuda a que todos participen ya que nadie gane o pierda	Colocamos dos carteles en la clase uno dice SI y el otro NO leeremos diferentes afirmaciones y los alumnos tendrán que situarse debajo del cartel según su opinión, cuando la opinión del grupo este dividida, pediremos que una persona del SI se empareje con una del NO, tiene que analizar los puntos débiles y fuertes de cada opción, finalmente se intentará buscar un consenso	12	179 Octaedro
La noticia	Reconocer distintos puntos de vista	A partir de una noticia, nos vamos imaginar que somos periodistas y en grupo de tres vamos a profundizar haciendo entrevistas en relación a la noticia, se escribirá preguntas y respuestas posteriormente lo compartiremos	12	177 Octaedro

BLOQUE 5 HABILIDADES DE VIDA

TÍTULO	OBJETIVOS	EXPLICACIÓN	EDAD	PÁGINAS
Puedes divertirte con algo aburrido	Descubrir que somos responsables ante nuestro estado de ánimo.	Se realizan dos listas. Una con aburrimiento y otra con diversión. A muchos alumnos les divierten las mismas cosas.	De 8 a 12 años	156/157 Parramon
Vivo rodeado de gente maravillosa.	Tomar conciencia de qué personas son importantes para nosotros.	Se hace un collage con las personas que son muy importantes en mi vida. Familiares, amigos, conocidos	De 8 a 12 años	158/159 Parramon
Mi vestuario	Identificar como nos adaptamos a las circunstancias.	Leer la historia. ¿Cómo me gustaría ir vestido en mi trabajo ideal?	De 10 a 12 años	160/161 Parramon
La importancia de las decisiones.	Tomar conciencia de la importancia de las decisiones.	Lectura: vida de un niño. ¿Seríamos capaces de aceptar otras decisiones que estuvieran encontradas con las nuestras?	De 10 a 12 años	162/163 Parramon
Los cuadrados cooperativos	Generar estrategias de resolución de conflictos y trabajar de forma cooperativa para resolver una situación problemática común.	Se reparten piezas a cada grupo para formar un puzle. Deberán intercambiarlas entre ellos siguiendo unas normas para conseguir el objetivo.	De 10 a 12 años	183/185 Programa “cultivando emociones”
Mi actitud frente a las tareas.	Analizar las actitudes con las que afrontamos las	Cuadro con las siguientes entradas:	De 8 a 12 años	174/175 Parramon

	tareas diarias.	Actividad/motivación /Esfuerzo/ Resultado.		
Querer es poder a pesar de.....	Crear en tus propias posibilidades.	Lectura de la Historia: rana sorda. No oír lo que nos hace daño.	De 10 a 12 años	170/171 Parramon
Mis talismanes secretos	Reflexionar sobre los recursos que podemos poner en juego para mejorar el estado emocional.	Recuerdos positivos listado.	De 8 a 12 años	178/179 Parramon
¿Soy pesimista y optimista?	Reflexionar sobre las características de las personas optimistas	Imagen de un optimista: lista de sus rasgos fundamentales.	De 8 a 12 años	180/181 Parramon
Vale más prevenir que curar.	Hablar sobre hábitos saludables.	Lista de hábitos y valoración de 1 10	De 8 a 12 años	182/183 Parramon
Inventario de sucesos agradables.	Aprender a centrar la atención en los sucesos agradables que nos suceden a menudo.	Diario de cosas positivas que han sucedido en su vida.	De 8 a 12 años	186/187 Parramon
¿Qué te interesa?	.Saber lo que realmente necesitamos	Repartimos una hoja por pareja y les pedimos que expliquen qué quieren los protagonistas de la historia y Por qué, ¿Realmente son necesarias todas las cosas que queremos?, ¿Cómo nos influye el entorno a la hora de “necesitar”?	12	170 Octaedro
La luciérnaga	Desarrollo de la	Formamos una	8/12	173

	confianza en el grupo.	luciérnaga en grupos de cinco que se cogerán del hombro , las cuatro primeras se tapan los ojos y sólo la última los tendrá abiertos , en el patio se pondrá un recorrido con obstáculos , alumno de detrás dirige a la luciérnaga diciendo hacia donde tienen que ir Si queremos hacer la actividad en silencio las ordenes se podrán dar dando un golpe a la parte donde se quiera girar.		Octaedro
El autocar	Pensar en varias opciones para poder tomar decisiones.	Se propone una situación cada alumno dará una solución al problema planteado, se analizarán e iremos descartando Las que no son posibles, ante varias soluciones al problema. Pediremos que escojan una opción y deberán explicar el por qué de su elección	8/12	173 Octaedro
El ascensor	Buscar soluciones creativas	Se describe una situación los alumnos deberán descubrir el porque de esa situación.	12	175 Octaedro

El enigma	Comunicar y compartir información	Damos un enigma, seguidamente damos las pistas para resolver el enigma en folios de diferentes colores se crean grupos según el color que les hemos dado y deberán resolver.	12	202 Octaedro
-----------	-----------------------------------	--	----	-----------------

CUENTOS: Cuentos para sentir 2. Begoña Ibarrola

EMOCIÓN	TÍTULO	OBJETIVOS	RESUMEN	EDAD	PÁGINAS
AMOR	Un robot muy especial	Tener un amigo es importante	A Mario, un niño con problemas, le regalan un robot que imita emociones. Al principio Mario lo trata muy mal hasta que se da cuenta que en él encuentra a un amigo.	5º Primaria	30
AMOR	Te regalo mis horas	Importancia de escuchar a los demás	En un internado llega una niña huérfana de padre, la protagonista gracias a la ayuda de la directora se da cuenta de la importancia escuchar a otros para hacerlos sentir mejor.	6º Primaria	35
ANSIEDAD	Domingo "el pararrayos"	Hacer las cosas con tranquilidad nos ayuda a ser felices.	Domingo es un niño muy nervioso que siempre está haciendo cosas, hasta que su abuela lo ayuda a disfrutar del tiempo	5º Primaria	60
ANSIEDAD	¿Dónde está el paro?	Encontrar recursos adecuados para	El papá de Edu se queda en paro y tienen que	6º Primaria	54



		solucionar las situaciones novedosas	cambiar de domicilio y colegio. La situación es muy difícil hasta que en el nuevo colegio encuentra a un amigo que le ayuda a superar la situación.		
--	--	--------------------------------------	---	--	--

CRUELDAD	La venganza de la fuente	Es mucho mejor disfrutar con los demás que criticarles a sus espaldas.	Una fuente cansada de dar agua a los habitantes de un pueblo que se critican unos a otros decide que su agua salga amarga y solo la inocencia de un niño consigue que el agua sea otra vez fresca y clara	5º Primaria	73
CRUELDAD	Blanca y su amigo el lobo	El miedo a veces se produce por lo que nos cuentan, no por lo que realmente sucede.	Una niña ciega se hace amiga de un lobo. Ella piensa que es un perro y descubre que el lobo solamente mata al ganado para poder alimentarse. Todo el pueblo decide dar de comer a la manada y estos no matarán a su ganado.	6º Primaria	90
EMPATÍA	Una ciudad en la arena.	Empalmar con los niños que viven en peores condiciones de vida.	Un niño de Tinduf viene en verano a España, pero cuando se tiene que marchar, se va contento aunque sus condiciones de vida sean peores, pero allí está su	5º Primaria	109

			familia.		
EMPATÍA	De ocho a ocho	Que los alumnos valore la importancia de sus familias. Calidad en el tiempo que les dediquen los padres a sus hijos	.Una niña en su clase cuenta que entra en el colegio a las ocho y sale a las ocho de la tarde. Añora pasar más tiempo con sus padres .	6º Primaria	122
GRATITUD	El puente de Pausandú	Las cosas hechas con amabilidad te hacen sentirte mejor.	Un vigilante de un puente, no dejaba pasar a nadie sin pagar por él. .Descubre que diciendo lo mismo con amabilidad conseguía que la gente pagara y mostrara su gratitud.	5º Primaria	133
GRATITUD	Gracias Juan	Hacer favores es importante, siempre eres correspondido.	Juan en esta historia vivencia el sentirse bien haciendo un favor que después es correspondido.	6º Primaria	144
ILUSIÓN	El viaje de Wanyin	Mantener la ilusión por descubrir cosas nuevas por sencillas que parezcan.	Wanyin es una niña que quiere conocer el mar, emprende su aventura acompañada de un río, descubriendo interesantes cosas en el camino.	5º Primaria	171
ILUSIÓN	¿Para qué sirven los sueños?	Tener un sueño hace que algún día se haga realidad.	La protagonista del cuento nunca soñaba porque su padre le había dicho que no debía hacerlo .A través de un trabajo en el colegio sobre los sueños, padre e hija descubren que existen los sueños y que pueden	6º Primaria	176

			hacerse realidad.		
RECHAZO	“La jirafa Timotea ”	Tener amigos y tratarles bien.	La jirafa Timotea tenía pocos amigos porque miraba a los otros animales con aires de superioridad y desprecio. Un día se declara un fuego y la jirafa cayó en un agujero. Pidió ayuda y sólo unos chimpancés le ayudaron, extrañándose de que ningún amigo quisiera ayudarla y pasaran de largo. Al final la jirafa pidió perdón a sus amigos. A partir de entonces se ayudaron todos.	5° Primaria	185-189
RECHAZO	“Pobre invierno	Valorar a todos, porque todos somos importantes.	Unos niños, que rechazan el invierno porque piensan que sirve para nada sólo para pasar frío, descubren la importancia que tienen todas las estaciones del año para el desarrollo normal de la vida en el planeta.	6° Primaria	190-194
SOLIDARIDAD	“Se busca un trozo de estrella	La importancia de trabajar unidos para lograr una misma meta.	La estrella Brillantina se sentía muy triste aquella noche porque al despertar se había dado cuenta que le faltaba una de sus cinco puntas. Sus amigas estrellas ayudaron a buscarla. También se unieron el sol y	5° Primaria	211-215

			el viento. Éste encontró la punta en la cueva con dos hadas. Al final , las hadas se devuelven. Desde entonces , Brillantina es la estrella que sale antes por el horizonte para saludar al sol, sentir la brisa del viento y alumbrar camino del bosque a sus amigas hadas.		
SOLIDARIDAD	“ Chusco , un perro callejero	Ayudar a los amigos cuando tengan algún problema para mejorar la situación.	Chusco era un perro callejero y viejo. En su juventud siempre había ayudado a otros animales. Ahora que las fuerzas le faltan todos sus amigos le ayudan y consiguen cumplir el sueño de Chusco “vivir en una casa, tener alguien a quien esperar en la puerta, alguien que le quiera y le cuide “.	6° Primaria	216-222
SORPRESA	Buscando mis alas	Descubrir el objetivo de la vida, la ayuda hacia los demás.	Rubén y Sole son dos niños ángeles, están distraídos y siempre muy pensativos, quieren saber dónde están sus alas, piden ayudan a un ángel mayor que les explica que no tienen alas porque asustarían a los humanos y que su función en la tierra es ayudar a los demás.	5° Primaria	241

SORPRESA	Un regalo sorpresa	La curiosidad, el ímpetu por desvelar mensajes secretos.	En el cumpleaños de David su abuela Carmen le sorprende con un curioso regalo, una cajita con una llave .Esa llave misteriosa abre la puerta donde está el verdadero regalo de David , después de un día de búsqueda encuentra en la buhardilla la puerta que abre la llave y allí descubre su regalo que lo llena de satisfacción . Es el mejor regalo de su vida.	6° Primaria	248
VALENTÍA	La princesa y el dragón	Vencer los miedos , saber afrontar nuevas situaciones .	Jasmín es una pequeña princesa que tiene miedo de quedarse sola en el castillo con su ama Florinda, pero descubre un viejo torreón y al Mago Pentaquis , que le ayuda con su magia a buscar una dragona al dragón.		272
VALENTÍA	El club de los valientes	Resolver los conflictos usar la fuerza.	Samuel es un alumno abusón se mete con los compañeros incluso llega a dar palizas , Alan es un alumno que no usa su fuerza	6° Primaria	278

			en las peleas, descubre que Samuel realmente es un cobarde y reúne a todos los compañeros creando el Club de los Valientes		
--	--	--	--	--	--

