

Los **objetivos** de esta sesión son:

- Conocer las características generales de la emoción de la tristeza.
- Facilitar la integración en el grupo a partir del pensamiento positivo y la autoestima.
- Integrar normas de conducta.
- Conocer algunas estrategias de comunicación.

DESARROLLO

1º Semana (ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL)

1º día

- **CUENTA-CUENTOS (tristeza).**

Continuamos contando el cuento en tres días:

- El primer día el cuento es contado por el profesor/a.
- El segundo día lo cuenta el profesor/a ayudado por los alumnos/as.
- El tercer día es contado por los alumnos/as ayudados por el profesor/a.

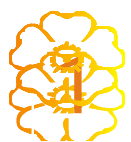
Para trabajar esta emoción, vamos a utilizar el cuento **“Nadie me quiere”** (Sentir y Pensar, Programa de Inteligencia Emocional para niños y niñas de 3 a 5 años). Ed. S. M.

Desarrollo:

- “Gusi” era un animalito del bosque que siempre quería ser como los demás y nunca se veía nada bueno, a pesar de que su madre siempre le demostraba todo lo positivo que había en él; además de soñar con sus valores pensaba que, siendo como eran ellos, tendría muchos amigos. En el cuento se refleja la tristeza del gusano y la baja autoestima que tenía. Finalmente, al verse sorprendido por sus compañeros recapacita y el cuento termina con felicidad.
- Nuevamente, el cuento puede ser leído, o contado de forma dramatizada por el profesor/a. Nos podemos valer de las ilustraciones que trae el cuento (6) para ayudarnos. Por su puesto centraremos la atención en aquellos momentos en los que el gusanito está triste.

- **Recordamos las normas de conducta.**

El profesorado/a irá leyendo las normas de clase, recordando con especial interés aquella que se está corrigiendo en particular.



2º día

- **Asamblea.**

Esta asamblea persigue que los niños y niñas comprendan el mensaje del cuento, que perciban la emoción que refleja y que se pongan en la situación que los personajes del cuento están viviendo. A través de preguntas trabajaremos estos aspectos.

En este segundo día el profesorado cuenta el cuento con ayuda de los niños y de éstas preguntas.

Las ilustraciones nos sirven para trabajar la asamblea. Podemos hacer las preguntas siguientes:

Escena 1:

- ✓ ¿Dónde está "Gusi"?
- ✓ Fíjate en su cara ¿Qué le ocurre?, ¿Cómo lo sabes?(la mirada, la boca, como lo mira su madre..)
- ✓ ¿Qué es lo que le gustaba del jabalí?
- ✓ ¿Qué le respondió su mamá?

Escena 2:

- ✓ ¿Qué es lo que le gustaba del ciervo?
- ✓ Además de las patas largas, ¿Qué pensaba que tendría? (muchos amigos)
- ✓ ¿Qué respuesta le dio su mamá?

Escena 3:

- ✓ ¿Qué pensó de él al ver a la ardilla saltar?
- ✓ ¿Crees que estaba contento por ser como era?
- ✓ ¿Le regañaba su madre cuando lo veía de esa manera?
- ✓ ¿Qué le decía?

Escena 4:

- ✓ De nuevo, cuando vio al zorro ¿Qué le pasó?
- ✓ A lo largo del cuento, "Gusi" admira los valores de los animalitos y algo más, ¿Qué es?

Escena 5:

- ✓ ¿A quién vio en último lugar?
- ✓ ¿Qué es lo que tenía él y que no tenía el águila?
- ✓ ¿Qué hacía cada vez que se ponía triste?

Escena 6:

- ✓ ¿Qué ocurrió de repente?
- ✓ Fíjate lo que pensó: "Le había preparado una fiesta sorpresa, a él, el bichito más canijo del bosque" ¿Qué te parece?
- ✓ ¿Tenía muchos amigos?



- ✓ ¿Cómo se lo demostraron?

Todas estas preguntas se pueden mezclar con vivencias de los alumnos. Por ejemplo:

- ✓ A veces queremos ser como los demás, y no nos damos cuenta de que nosotros también tenemos muchas cosas positivas, ¿Dime algunas cosas?
- ✓ ¿Alguna vez has pensado que no tienes amigos porque no eres guapo, gracioso, fuerte?
- ✓ Cada uno va a decir algo positivo de otro compañero (podemos dialogar sobre la opinión de unos y otros, por ejemplo, si lo sabían, les sorprende....

Posteriormente hacemos un dibujo sobre el cuento.

3º día

El alumnado solo, o con ayuda del profesorado, cuenta el cuento valiéndose de las imágenes.

Actividades de la emoción.

- Presentamos la carita de la tristeza.
Nos fijamos en los rasgos faciales (ojos, boca, cejas, nariz) y corporales.
- Volvemos a identificar la emoción en la cara de los demás.
Algunos niños/as ponen cara de tristeza y los distinguimos de los demás.
- Presentada la emoción, concretamos sus características.

Respuesta Fisiológica:

Los labios están bajados y pueden temblar, los ojos miran hacia abajo, suspiros, el corazón late lentamente, llanto...

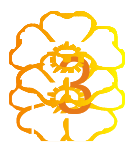
Respuesta Motórica:

Tono de voz bajo, lentitud al hablar, y al moverse.

Respuesta Cognitiva:

Preguntamos a los niños que pensaban mientras estábamos contando el cuento. Probablemente se acuerden de una situación en la que estaban tristes. Pueden aparecer sentimientos de culpa. Pueden enumerar que palabras se les vienen a la cabeza en una situación de tristeza.

- Colorear individualmente la carita de la tristeza con los rasgos que hemos acordado (mirar a modo de indicadores las caritas de los registros) de color naranja.
- Meter la carita coloreada en la acreditación y ponerla en un panel al lado del nombre de cada alumno, para que se la pongan cuando entren, si están tristes.
En ese mismo panel habremos colocado una carita grande de la tristeza, coloreada por nosotros, al igual que un cartel con el nombre de la emoción.



- Recortar de revistas caras de personas que están tristes y hacer el "mural de la tristeza"

2ª Semana (D. GRUPOS)

Tema: Comunicación (escucha atenta).

Actividades

- 1.- "Juego del teléfono". Colocados en círculo cada alumno/a da un mensaje al oído a su compañero/a. El mensaje será: "Me gustan los caramelos de plátano".
Observaremos el mensaje que nos llega al final.
- 2.- La profesora pondrá sonidos ambientales, corporales... y los alumnos/as, estando con los ojos cerrados intentarán reconocerlos.
- 3.- Por parejas y por turnos, cada niño/a le contará a su compañero/a que es lo que hará esta tarde y luego lo comentaremos en grupo.
- 4.- pg 20 material fotocopiable "Ya sé escuchar". **Sentir y pensar.** 3 a 5 años. SM

3ª Semana (D. GRUPOS)

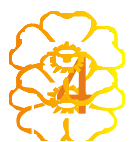
Tema: Comunicación (saludos)

Actividades

- 1.- pg 17 material fotocopiable "Buenos días por la mañana". **Sentir y pensar.** SM
- 2.- Ejemplificación de diferentes saludos:
 - ¡Buenos días!
 - ¡Hola!, ¿Cómo estás?
 - ¡Me alegro de verte!

Es importante que cuando realicen estas dramatizaciones no olviden el contacto ocular, que realicen los gestos, pueden abrazarse, besarse, etc.

Se corregirán aquellos gestos que no sean totalmente correctos, por ejemplo, el que no mira o no hace un gesto alegre.



4ª Semana (D. GRUPOS)

Tema: Autoestima

Actividades

1.- pg10 material fotocopiable "En mi casa me quieren". **Sentir y pensar.** SM

La explicación de la actividad aparece en la pg 54 del cuaderno "dinámicas y actividades para sentir y pensar".

2.- pg11 material fotocopiable "Como yo solo hay uno". **Sentir y pensar.** SM

La explicación de la actividad aparece en la pg 55 del cuaderno "dinámicas y actividades para sentir y pensar".

Ambezar

