

Los **objetivos** de esta sesión son:

- Conocer las características generales de la emoción del enfado.
- Valorar la importancia de utilizar las normas de conducta.
- Colocarse en el lugar de los demás, viviendo situaciones similares.
- Aprender a valorar los recursos y cualidades de cada uno.

DESARROLLO

1º Semana (ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL)

1º día

- **CUENTA-CUENTOS (enfado).**

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 **“El país de Gracias y Por Favor”** (Sentir y Pensar, Programa de Inteligencia Emocional para niños y niñas de 3 a 5 años). Ed. S. M.

Desarrollo:

- “Amador” era un niño exigente y mal educado, que piensa que todo lo que pida lo tiene que obtener al momento. Cuando no consigue lo que desea, se enfada. Le ocurren una serie de incidencias, que le hacen darse cuenta el poco trabajo que cuesta pedir las cosas “Por Favor” y “Dar las gracias”, con lo que hace más felices a los demás y a su vez se encuentra más a gusto consigo mismo.
- Nuevamente, el cuento puede ser leído, o contado de forma dramatizada por el profesor/a. Nos será de gran ayuda valernos de las ilustraciones que trae el cuento (5), porque 4 de ellas muestran muy bien los rasgos faciales del enfado.

- **Recordamos las normas de conducta.**

El profesorado 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/as, (las ilustraciones nos sirven para trabajar la asamblea).

Podemos hacer las preguntas siguientes:

Escena 1:

- ✓ ¿Qué hace "Amador"?
- ✓ Fíjate en su cara ¿Qué le ocurre?, ¿Cómo lo sabes? (la mirada, la boca, las cejas los ojos...)
- ✓ ¿Por qué está enfadado?
- ✓ ¿Se comporta de forma correcta con la señora? ¿Y con los niños?

Escena 2:

- ✓ ¿Por qué se va Amador tan enfadado?
- ✓ ¿Tiene motivos para enfadarse?
- ✓ ¿Se da cuenta de lo que hay alrededor?

Escena 3:

- ✓ ¿Por qué se cae Amador al suelo?
- ✓ ¿Qué hacen el árbol y las flores? ¿Y el sol?
- ✓ ¿Qué le dice el hada Mandolina?
- ✓ ¿Qué le contesta Amador?
- ✓ ¿Creéis que Amador tiene razón?

Escena 4:

- ✓ ¿Qué le dicen a Amador: el sol, el árbol, las flores, el banco?
- ✓ Observa la cara de Amador. ¿Cómo crees que está? (Triste y enfadado).
- ✓ ¿Qué le dice el hada a Amador?

Escena 5:

- ✓ ¿Cómo se encuentra Amador por la mañana?
- ✓ ¿Cómo les pide las cosas a sus padres?
- ✓ ¿Cómo se encuentran sus padres?



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

- ✓ A veces nos comportamos como Amador; somos exigentes con nuestros papás, con nuestros amigos. ¿Obtenemos lo que queremos inmediatamente?
- ✓ Cuando pedimos las cosas "Por Favor", o damos las "Gracias"; ¿nos atienden antes? ¿nos sonríen?, ¿son más amables con nosotros?

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

Respuesta Fisiológica:

Los labios están tensos y arrugados, los ojos muy abiertos y con la mirada fija, el entrecejo y la frente arrugada, los músculos en tensión...

Respuesta Motórica:

Tono de voz alto, gesticulamos mucho con las manos, a veces cerramos los puños, nos movemos con rapidez...

Respuesta Cognitiva:

Preguntamos a los niños que pensaban mientras estábamos contando el cuento. Probablemente se acuerden de alguna situación en la que estaban enfadados. Pueden enumerar: palabras, acciones o gestos, que se les vienen a la cabeza en una situación de enfado.

- Colorear individualmente la carita del enfado con los rasgos que hemos acordado (mirar a modo de indicadores las caritas de los registros) de color rojo.
- 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 enfadados.

En ese mismo panel habremos colocado una carita grande del enfado, coloreada por nosotros, al igual que un cartel con el nombre de la emoción.

- Recortar de revistas caras de personas que están enfadadas y hacer el "mural del enfado"



2ª Semana (D. GRUPOS)

Tema: Empatía

Actividades

1.- Se mostrarán láminas de personas, de situaciones emocionales diferentes (extraídas de revistas)... y los niños/as, a la pregunta ¿Cómo se sienten? identificarán la emoción correspondiente. Continuaremos con la pregunta ¿Qué crees que le ha ocurrido? (hacemos que los niños y niñas se pongan en esa situación?)

2.- pg 13. material fotocopiable "Me duele". **Sentir y pensar** 3 a 5 años. ed SM

3.- Visionado de una película de Infantil (por ejemplo "Pinocho"). Cuando ocurre algo feliz, ellos están contentos; si ocurre algo triste ellos también. Empiezan a ponerse en el lugar de los demás.

Al terminar la película podemos recordar estas situaciones

3ª Semana (D. GRUPOS)

- **ASAMBLEA DIARIA.**
- **Recordar normas de conducta.**
"Escucha" ficha pg 20. "Ya sé escuchar". Material fotocop. **Sentir y pensar**. ed. SM.
- **DINÁMICA DE GRUPO. Autoestima/Empatía**

Tema: "Pensamiento positivo"

Actividades

1.- pg 26 ("Soles y nubes"), 28 (Pensamiento positivo) del material fotocopiable. **Sentir y pensar**.ed.SM.

Comentaremos las situaciones que ocurren en las láminas e imaginaremos que habríamos hecho nosotros en su lugar.

Empezamos con los niños/as el proceso de respuesta al enfado, la tristeza, o la frustración; Cuando algo no nos sale bien o nos enfadamos debemos aprender respuestas alternativas. Les mostraremos que esas respuestas deben ir en la mejora de nuestras emociones y aceptar las cosas como, son buscando una alternativa favorable a nosotros. De nada sirve echarse a llorar o quedarse sentado esperando a que los amigos nos quieran o que algo salga bien si no lo intentamos. Aprenderemos a expresar nuestra opinión e interés sin molestar a los demás.



4ª Semana (D. GRUPOS)**"Respetar el turno de palabra"**

Los niños/as se moverán por la clase al ritmo de la música. Uno de ellos tiene en la mano un objeto y se lo van pasando a los compañeros/as. Cuando la música se para, el compañero/a que tiene el objeto dirá algo sobre el objeto, (por ejemplo: **libro**...tiene hojas.. sirve para leer, tiene dibujos... tengo muchos como este...)

Solo puede hablar aquél que tiene en su mano el objeto.
(El juego es similar al "Juego de la escoba").

- **Dinámica de grupo**

Tema: Autoestima

Actividades

1.- pg 26 ("Ya sé, ya puedo hacerlo") Dinámica y actividades. Pg 32 ("Tengo muchas cosas que aprender") Material fotocopiable. **Sentir y pensar.** 3 a 5 años.SM.

El alumnado, sentado en círculo irá repitiendo estas frase:

"soy...y ya sé: el color rojo, ir solo al baño..."

"soyy ya puedo...comer solo".

Iniciaremos el proceso de autoestima, haciéndoles ver como progresan en sus aprendizajes y como son capaces de realizar solos ciertas tareas. Terminaremos diciendo..."Que bien, me gusta como soy"

2.- pg 6 material fotocopiable "Ya no necesito tanta ayuda". **Sentir y pensar.** 3 a 5 años.SM.

