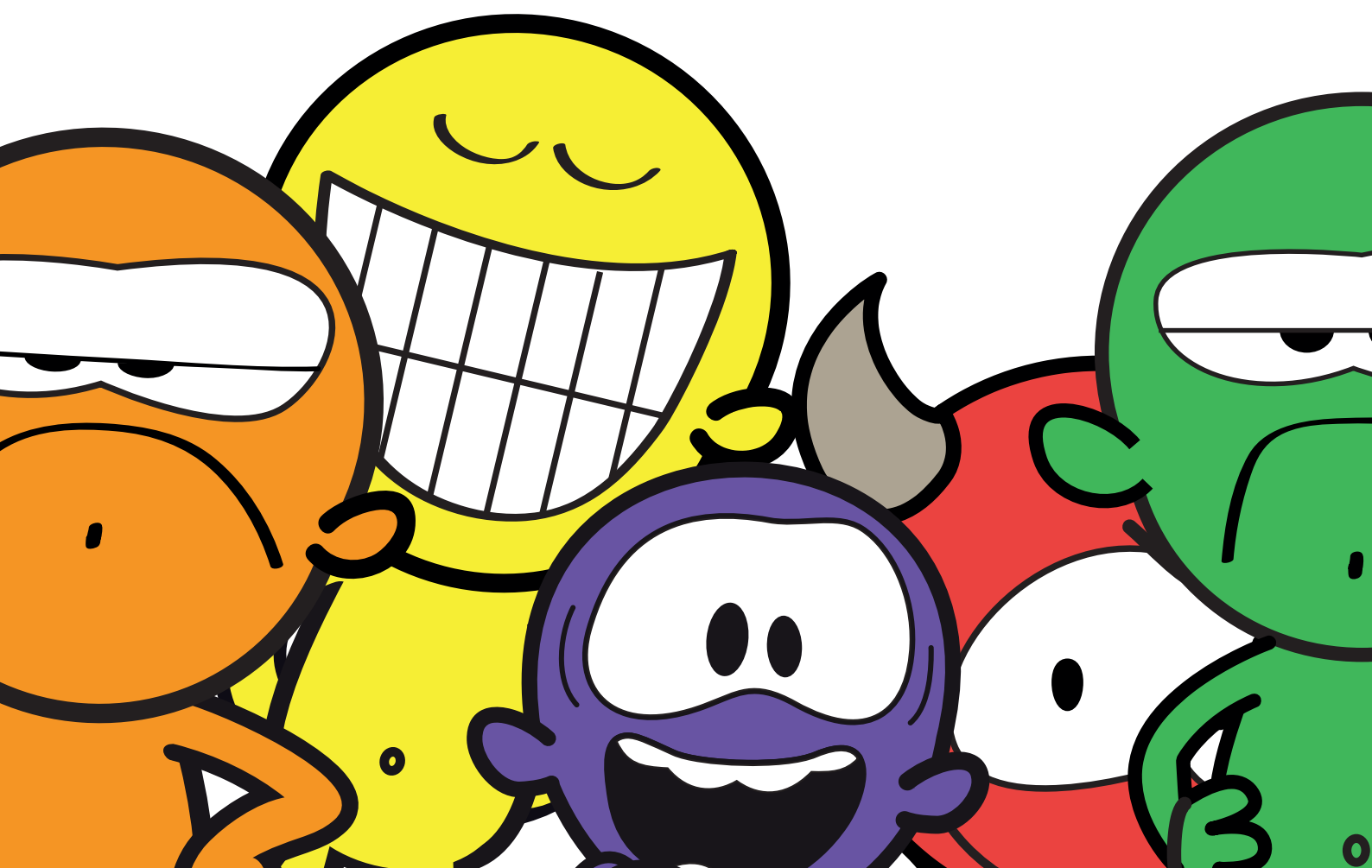
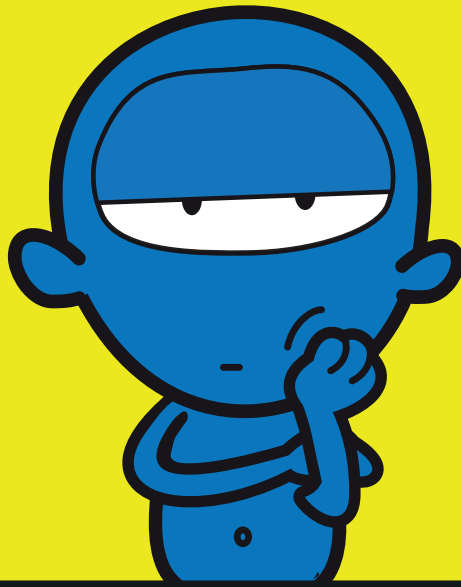


By **'ne!** Humanity®

AULA 'ne!

**Actividades de educación
emocional para docentes**





AVENTURA EMOCIONAL CON LOS **me!**

Adrián Nieto Muñoz
@superprofeadri

Adrián es profesor de Primaria en el CEIP SAN PEDRO BAUTISTA (Ávila) y a través de esta actividad invita a los alumnos a recorrer, reconocer y poner en común diferentes emociones.

 **Etapas recomendadas:**
1º y 2º Ciclo de Primaria.

 1 sesión de 45 minutos.

OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

- Identificar las emociones.
- Expresar sus emociones en diversos momentos de su vida.
- Promover la autoconciencia.

MATERIALES NECESARIOS

- Libro "Los **ME!** conocen sus emociones ¿y tú?"



- 9 fichas de emociones

(ANEXOS)



- Peluches



- Material escolar: hojas adhesivas, lápiz, goma...



PREPARACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Antes de comenzar deberemos de presentar a los alumnos a los **ME!** diciendo que son personajes muy expresivos y que representan cada una de las emociones.

Además podemos colocar en el aula una zona solo de emociones, que podríamos llamarla "El rincón de las emociones", y donde los alumnos irán colocando las emociones que vamos trabajando.

Por último, recomiendo que como docentes nos leamos el libro, antes que los alumnos para saber cómo podemos encauzar las preguntas que vamos a debatir en clase.

DESARROLLO DE LA SESIÓN

La sesión está planteada para una duración de unos 45 minutos y el momento adecuado para llevarlo a cabo podría ser en el área de Lengua Castellana y Literatura, al comienzo de una unidad didáctica, donde utilicemos el libro "Los **ME!** conocen sus emociones ¿y tú?" para trabajar la comprensión lectora.

La sesión comenzaría con una pequeña lluvia de ideas en la que les haremos a los alumnos una serie de preguntas tipo "¿qué son las emociones?" o "¿qué emociones conoces?" esto nos permitirá llevar a cabo una evaluación inicial para conocer lo que saben nuestros alumnos sobre el tema.

Cuando finalicemos esta lluvia de ideas, haremos una lectura del libro en gran grupo y en alto. A medida que vayamos avanzando, iremos realizando pequeñas preguntas con el fin de comprobar que los alumnos han comprendido lo que estamos leyendo.

Una vez hemos llevado a cabo la lectura es el momento de abordar un poco sobre cada una de las emociones, para ello llevaremos un pequeño debate con los alumnos sobre en qué situaciones podemos sentirnos tristes, contentos, asqueados... también podemos utilizar algunos de los peluches, para abordar que emoción reflejan.

Posteriormente entregaremos a los alumnos 10 post-it, uno por cada una de las emociones trabajadas en el libro, y colocaremos en una pared del aula 10 dibujos en los que aparezcan reflejadas las emociones, y los **ME!** abordados en este cuento.

A continuación pediremos a los alumnos que escriban una en cada uno de los post-it una situación en la que han sentido cada una de estas emociones. Posteriormente las pondrán en común y las colocaran junto a la lámina que representan la emoción abordada.

Por último, comentaremos entre todos cómo nos gustaría que actuarán los demás cuando nos encontramos así o como actuaríamos nosotros si vemos que alguien expresa esta emoción.

Para terminar esta sesión, abordaremos una cuestión de forma oral ¿por qué es importante que conozcamos nuestras emociones? ¿y las de los demás?, creando un pequeño debate, con el que concienciar a los alumnos sobre este tema.

RESULTADOS A CONSEGUIR/EVIDENCIAS

Con esta actividad hemos conseguido que los alumnos amplíen su vocabulario a nivel emocional, conociendo diversas emociones y cómo nos ayudan estas emociones. Además les hemos permitido identificar en qué situaciones podemos expresar estas emociones.

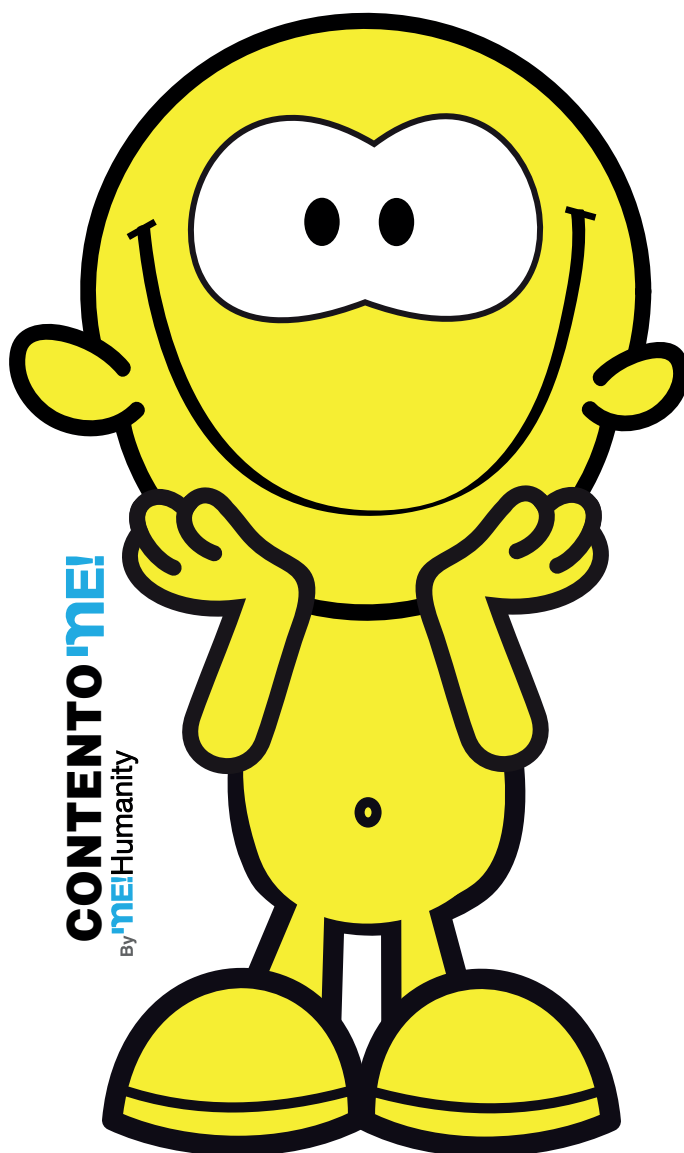
Por otro lado al utilizar materiales tan coloridos o los peluches que son muy expresivos nos han permitido identificar a través del color y la expresividad de los personajes las emociones que sienten, pudiendo asociar dicha expresión a situaciones de la vida cotidiana, ya que nos van a permitir saber qué emoción siente una persona con solo verle la cara.

Por último hemos podido comprobar que conocimiento sobre las emociones tienen nuestros alumnos, así cómo les gustaría que actuaran cuando sienten esta emoción

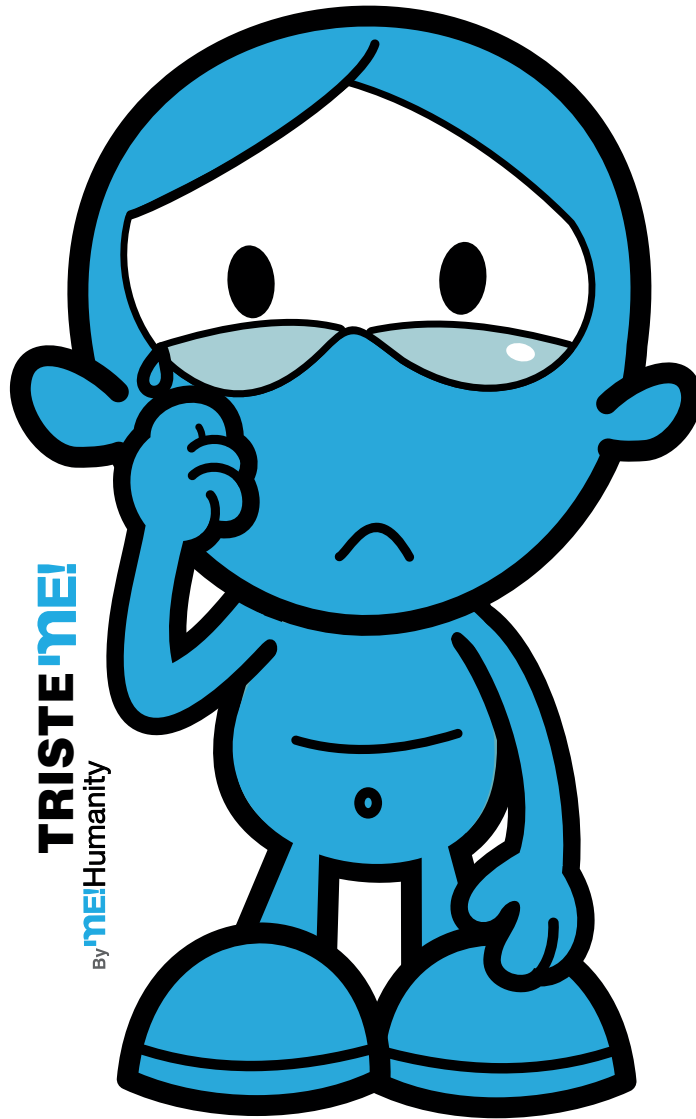
VARIANTES Y OTRAS SUGERENCIAS DE AMPLIACIÓN

En siguientes sesiones podemos centrarnos de manera más concreta y profunda en cada una de las emociones que aborda el libro, y también podríamos introducir nuevas emociones como: orgullo, sorpresa, arrogancia... De esta manera el alumno conocerá nuevas emociones que no son tan "sencillas" lo cual va a permitir que amplíen su vocabulario emocional a la vez que comprendan cuando se pueden dar las mismas.

ANEXOS

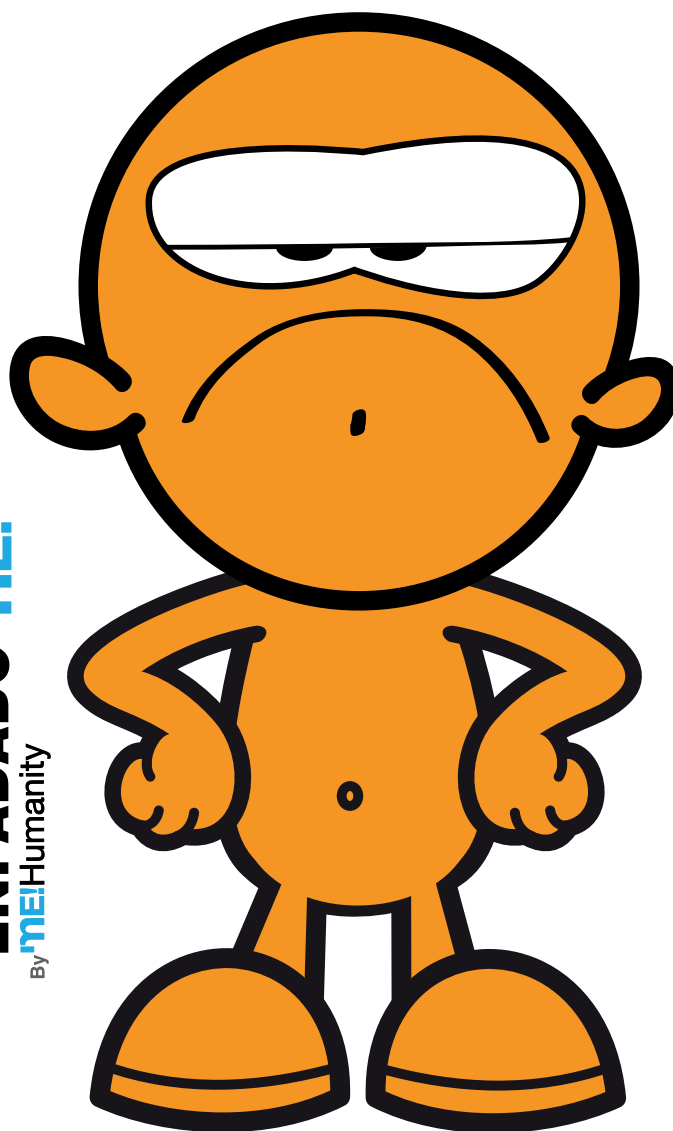


ALEGRÍA



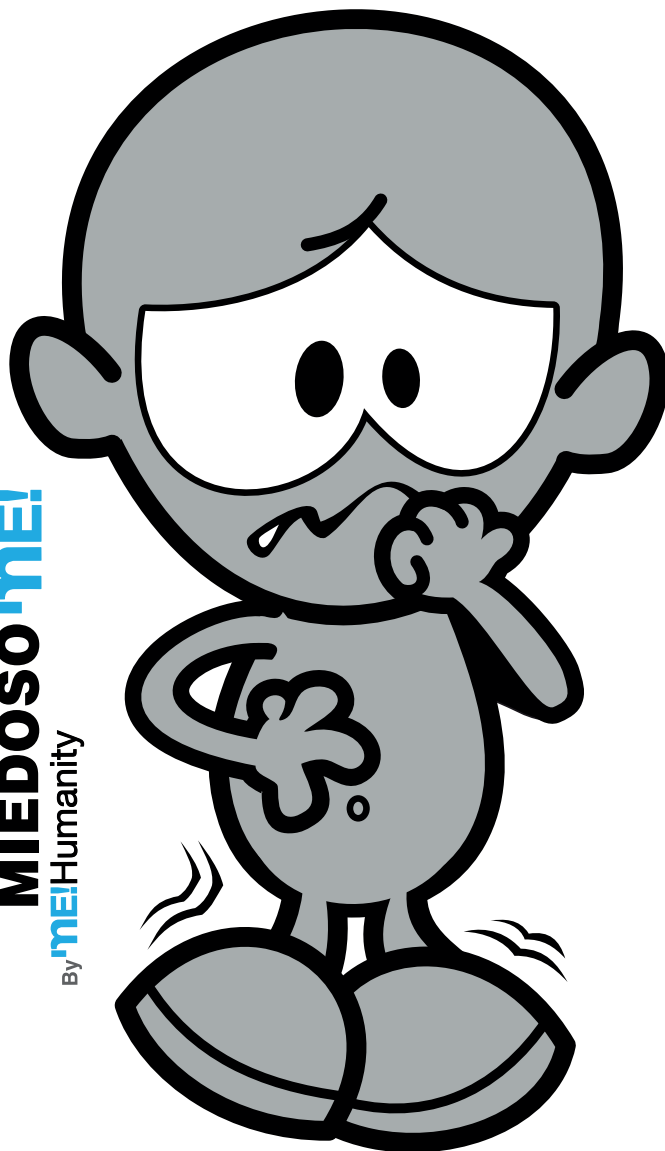
TRISTEZA

ENFADADO **me!**
By **me!** Humanity

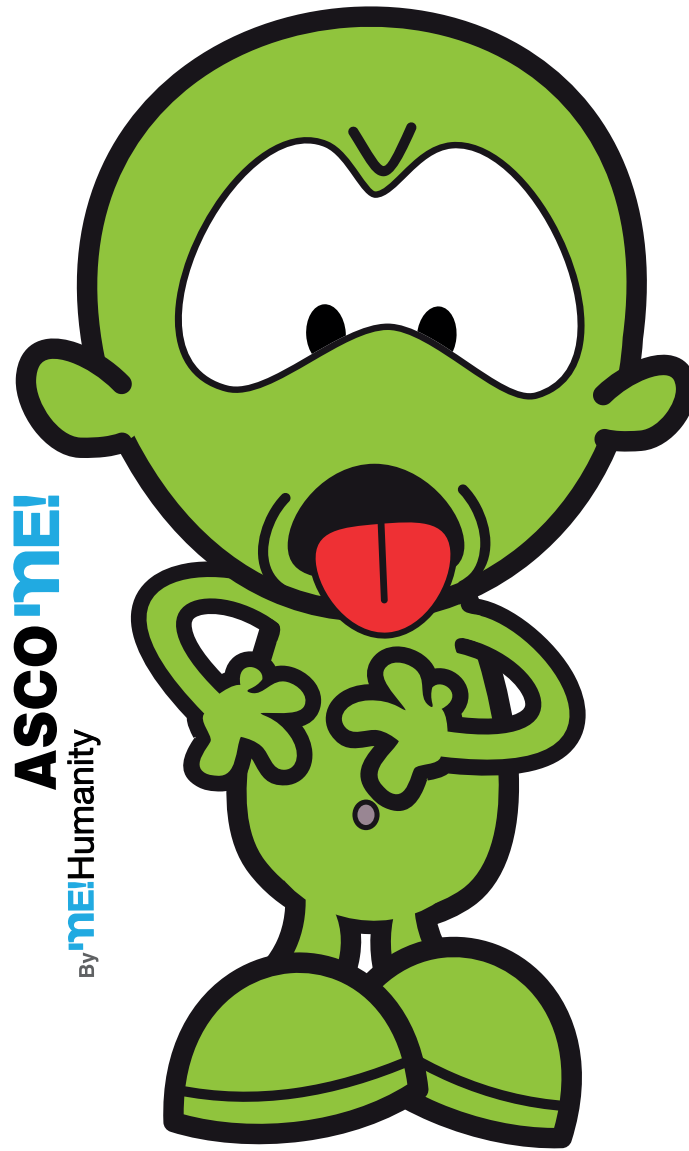


ENFADO

MIEDOSO **me!**
By **me!** Humanity

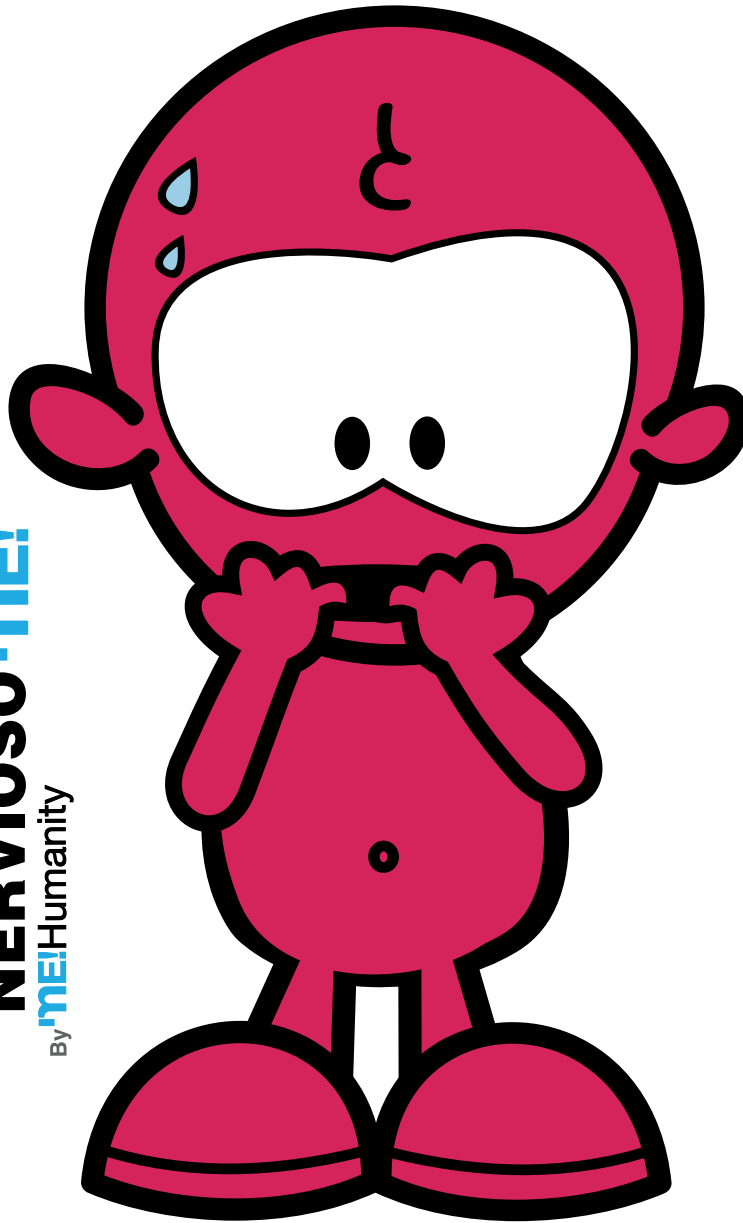


MIEDO



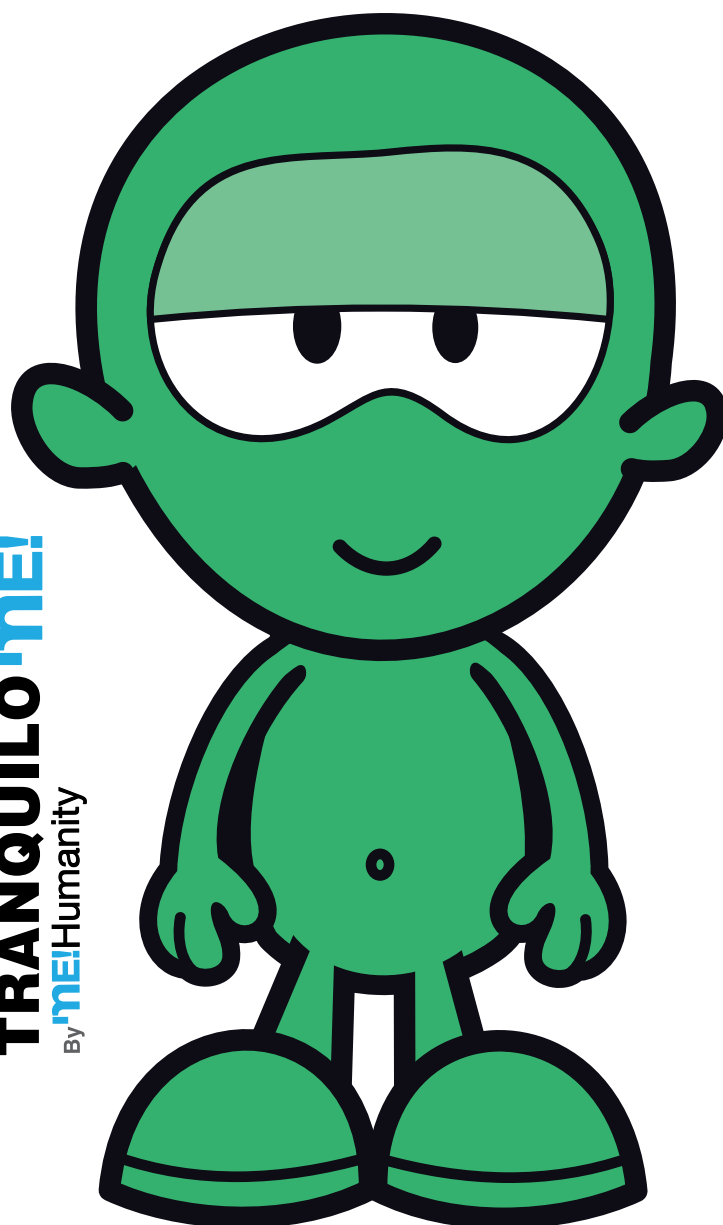
ASCO

NERVIOSO **me!**
By **me!** Humanity



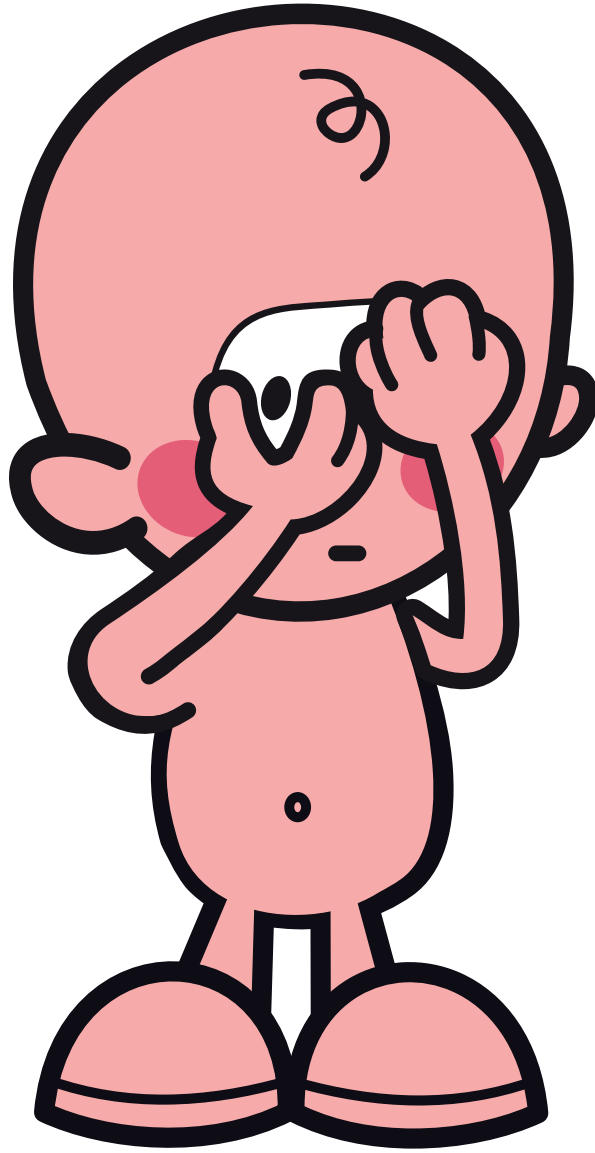
NERVIOSISMO

TRANQUILO **me!**
By **me!** Humanity



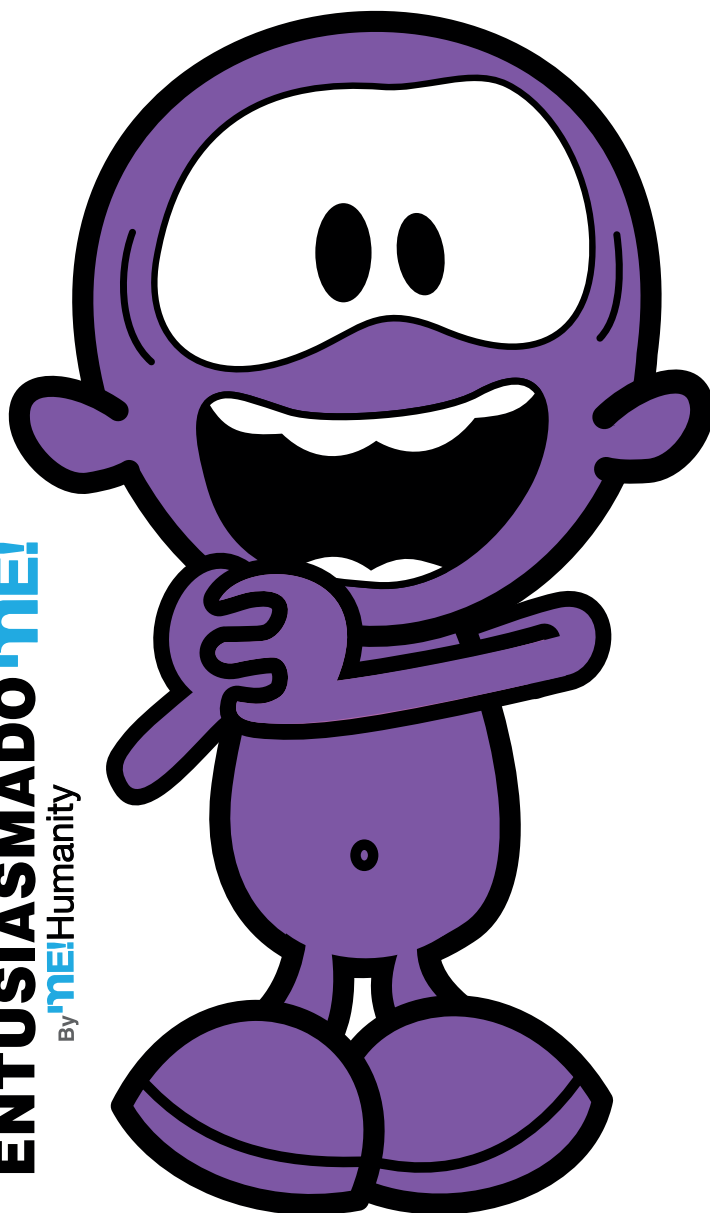
TRANQUILIDAD

VERGONZOSO 'ME!
By 'ME! Humanity

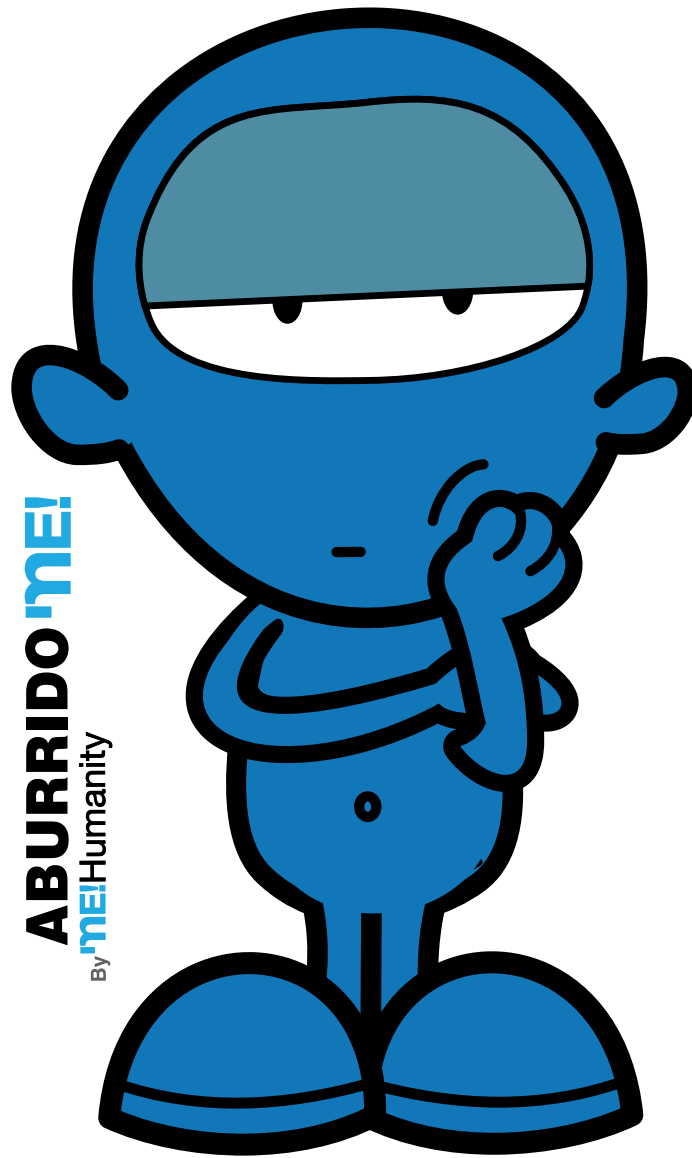


VERGÜENZA

ENTUSIASMADO **me!**
By **me!** Humanity



ENTUSIASMO



ABURRIMIENTO

Descubre todos los
materiales y actividades
'ME!Humanity®
en www.mehumanity.es



Sigue el Movimiento
'ME!Humanity®
en @mehumanity_es



By **'ME!Humanity®**