TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

Nª DE SESIÓN Y FECHA: 26-05-2017 NIVEL EDUCATIVO: 4 años Infantil

Objetivos que se persiguen alcanzar:

"El maletín de las emociones" es un maletín muy especial ya que contiene herramientas lúdicas que nos ayudan a transformar cualquier malestar en alegría, actividades propuestas para los más pequeños

Cada vez somos más conscientes de la importancia de trabajar este aspecto desde bien pequeñitos. Antes, no sólo no existía la educación emocional, sino que muchas veces se reprimían las emociones: los niños no lloran (y los hombres todavía menos), las niñas sí pueden (en las mujeres la tristeza está mejor vista, ellas son así) pero han de reprimir la rabia (que es más aceptada socialmente en los hombres), no hay que enfadarse, no hay que tener miedo... ¿Y por qué había que reprimir las emociones? Hoy sabemos que no es así, que **todas las emociones son necesarias**. Hoy sabemos que si reprimimos las emociones, si no sabemos identificarlas y expresarlas, si las evitamos, sólo vamos a conseguir generar malestar e incluso intensificarlas (la tristeza se puede convertir en depresión, el miedo en ansiedad...). Con estas actividades invitamos a los niños a hablar de cómo se sienten, de sus reacciones, les animamos a contar sus miedos para superarlos, les abrazamos si están tristes y les escuchamos.

Partimos de un cuento (EL MONSTRUO DE COLORES) excelente punto de partida para profundizar en el terreno emocional. Se asocia un color a cada emoción, sobre todo porque el cuento trata las emociones básicas.

- El objetivo principal de este proyecto es concienciar a los niños de la importancia de expresar nuestras emociones. Transformar las emociones negativas en positivas sobre todo en los enfermos de cáncer y sus familiares.
- Desarrollar la conciencia emocional a través de juegos corporales y relajación.
- Desarrollar técnicas para calmar el malestar emocional de los pequeños.
- Expresar nuestras emociones y expresarlas de manera sana y asertiva.
- Aprender a ponerse en el lugar de los demás, a empatizar con sus iguales y con los adultos.

Contenidos que queremos trabajar:

- Emociones: alegría, tristeza, miedo, calma y rabia
- Percepción de sensaciones, emociones, deseos,...
- Expresamos emociones.

Recursos y materiales:

Libro "EL MONSTRUO DE COLORES". Ana Llenas Ed. FLAMBOYANT
Nuestra Caja de las emociones, disfraces monstruos, globos de colores, tarjetas emoticonos (juego de parejas), botes de la calma , gomas elásticas, tubo confetis de colores.

Descripción y desarrollo de la actividad:

1ª ACTIVIDAD: se dramatiza el cuento con ayuda de los niños, mientras se narra, cada niño escenifica su monstruo con su emoción (botes de colores).

2ª ACTIVIDAD: juego de parejas (caritas emoticonos) se reparten diferentes caritas y bailamos, cuando se para la música tenemos que encontrar nuestra pareja. Una vez que estén todas las parejas tenemos que explicar que carita nos ha tocado y con qué emoción la asociamos.

3ª ACTIVIDAD: globos negativos. Explicamos a los niños que los globos son las emociones negativas y los vamos a explotar ya que nos gustan más las emociones positivas.

4ªACTIVIDAD: botes de la calma. Después de explotar las emociones negativas nos tenemos que relajar, que mejor manera que con nuestros botes de la calma. Botes llenos de color y magia que nos ayudan a relajarnos y a tranquilizarnos.

4ªACTIVIDAD: vendas abrazadoras, por parejas nos abrazamos con ayuda de una gomas elásticas de colores, buscamos a otras parejas para abrazarnos.

Las actividades del maletín de las

Documentos gráficos (fotos o dibujos):

emociones finaliza con un gran abrazo colectivo y una lluvia de confetis de colores.

Evaluación de la actividad:

- Identifica correctamente las emociones alegría, tristeza, miedo, calma y rabia
- Expresamos a través del lenguaje verbal y corporal nuestras emociones y la de los demás.

Observaciones:
Actividades muy enriquecedoras, este maletín es especial y muy valioso.