**MEMORIA FINAL 2º EDUCACIÓN PRIMARIA**

1. **Tareas realizadas, materiales elaborados y su aplicación en el aula**

A lo largo del curso se han llevado a cabo numerosas tareas y dinámicas, enfocadas a trabajar con el alumnado las diferentes emociones principales del ser humano.

A continuación expongo todas las tareas realizadas, relacionadas con la emoción para la cual se propusieron:

MIEDO🡪 se llevó a cabo una actividad que consistió en elaborar un libro del miedo, en el que los alumnos participaron aportando una historia escrita por ellos mismos que tuviera relación con esta emoción. Para ello se les proporcionaron unas tarjetas con diferentes situaciones que nos hacen experimentar miedo y a partir de ellas realizaron sus propias creaciones.

ALEGRÍA🡪 para trabajar la alegría se elaboró un tablón de momentos felices en el aula. Para completar ese tablón cada niñx aportó fotografías propias o de familiares en las que aparecían alegres. Cada niñx explicó por qué estaban felices en ese momento y después se incorporó cada foto al tablón. Algunxs no encontraron fotografías en casa y llevaron recortes de revistas en las que aparecían personas sonriendo. Por otro lado, otros niñxs aportaron más de una fotografía.

AMOR🡪 Se realizó un “cariñograma”. Para ello, al azar, cada niñx debía escribir una postal en la que resaltara los aspectos positivos de la persona a quien le tocó escribir. El día de San Valentín se intercambiaron las postales.

TRISTEZA🡪 para trabajar la tristeza se hicieron grupos para que elaborasen, de forma cooperativa, un dibujo sobre lo que ellos previamente hubiesen decidido. Posteriormente, los dibujos se intercambiaron entre los grupos. Sin que los demás me oyesen, ordené a un representante de cada grupo que rompiese el dibujo cuando yo diera la señal. De esta forma, todos verían cómo otrx compañerx rompía el dibujo que habían hecho con tanto esmero. A partir de esta dinámica se comentó lo que cada unx había experimentado.

Otra de las tareas llevadas a cabo para trabajar esta emoción fue el visionado de la película “Del revés”. Antes de ver esta película comentamos cuál era el papel de cada personaje e hice hincapié en que se observase detenidamente al personaje Tristeza, para después analizar la importancia de este personaje y poder compararlo con la necesidad real de experimentar la tristeza, para poder aprender a combatirla y buscar una salida.

ENFADO🡪 en primer lugar se leyó el cuento “Cuando estoy enfadado”. Después lo comentamos oralmente y reflexionamos acerca de nuestras propias experiencias.

Seguidamente se creó en el aula una zona de *tiempo fuera positivo*. Consiste en dar al alumnado la posibilidad de tomarse un tiempo, fuera de la actividad que en ese momento se esté realizando con el grupo, para calmarse si está enfadado por algo y reflexionar acerca de lo ocurrido. Para ello he creado, en un pequeño rincón del aula, una zona donde el niñx puede relajarse y encontrar la calma cuando se siente enfadadx. En este rincón he dibujado una isla gigante en papel continuo y la hemos decorado con nubes y un sol de papel. Alrededor de la isla les he escrito las pautas que deben seguir para encontrar la calma:

* Respiro profundamente.
* Me centro en escuchar el sonido de mi respiración.
* Pienso en aquello que me hace sentir bien: una caricia de mamá, un viaje con mi familia, un lugar tranquilo donde me siento en calma…
* Me acuerdo de algo divertido, que me hizo mucho reír.
* Intento relajar poco a poco todas las partes de mi cuerpo: las piernas, a espalda, brazos, cuello, mandíbula, etc.
* Cierro los ojos y tatareo mi canción favorita.

En un lado del mural, pueden dibujar o escribir lo que les apetezca. Para que estén cómodos les dejo un cojín donde poder sentarse. Además, les dejo utilizar varios materiales que contribuyen a su relajación: papeles para romper en trozos, una pelota anti-estrés, el peluche que tenemos como mascota del aula para que lo acaricien y un tarro de la calma.

1. **Comentario de los resultados obtenidos**

En general, creo que los resultados han sido positivos, ya que el alumnado se ha mostrado muy motivado con cada tarea realizada y han participado todos muy activamente.

He descubierto que les encanta hablar de las emociones y que han aprendido a dar nombre a todas ellas.

Tengo una alumna en concreto que ha pasado por un momento familiar difícil y he prestado una atención especial a sus reacciones y su nivel de participación en las diferentes actividades. Con esta alumna en particular he notado cierta mejoría en el sentido de que ella misma ha sido capaz de abrirse y mostrarme lo que sentía en cada momento, acertando a dar una explicación a su estado emocional.

1. **Dificultades surgidas y cómo se han solventado**

La principal dificultad es la falta de tiempo para combinar el desarrollo de las actividades propuestas desde este grupo de trabajo con el desarrollo de la programación diaria.

De manera más concreta, he encontrado dificultades a la hora de analizar emociones como el enfado o la tristeza, ya que en mi grupo hay alumnxs muy introvertidxs a lxs que les ha costado mucho expresar sus emociones abiertamente.

1. **Conclusiones**

Creo que mi alumnado, a pesar de su corta edad, ha asumido que no es malo experimentar las emociones que consideramos negativas, ya que una vez reconocidas, podemos expresar a nuestros familiares y amigos cómo nos sentimos; hecho que puede ayudar a encontrar una solución para poder mejorar nuestro estado de ánimo.

No obstante, aunque hemos aprendido a reconocer y dar nombre a las diversas emociones trabajadas, opino que aún nos queda mucho por aprender, ya que todavía no son capaces de autorregular dichas emociones y gestionar sus estados de ánimo para alcanzar el equilibrio emocional.

1. **Perspectivas de continuidad para el próximo curso**

Como tutora de 2º de Educación Primaria, me comprometo a seguir trabajando con mi grupo la Inteligencia Emocional el próximo curso, siempre que obtenga mi destino en este centro y continúe con la tutoría de dicho grupo. De no ser así, me gustaría que el grupo pudiera seguir trabajando la Inteligencia Emocional, continuando con la misma línea de trabajo que se ha llevado durante el presente curso y profundizando más en las emociones trabajadas.

A nivel personal, también estoy dispuesta a continuar con la formación en el ámbito de la Inteligencia Emocional, para ser capaz de transmitir la importancia y necesidad de reconocer, analizar y regular nuestros estados de ánimo, con el fin de gestionar nuevas situaciones y superar las frustraciones que invaden nuestro día a día.

MARTA MUÑOZ MORA

Tutora de 2º Educación Primaria

CEIP Miguel de Cervantes - Marbella