EMOCIÓNATE EN EL COLE.

Comenzamos a trabajar en nuestro proyecto, os dejo una serie de actividades que se llevarán a cabo durante el mes de enero.

**Enero: Conciencia emocional.**

Aunque algún@s de nuestr@s alumn@s ya han trabajado el monstruo de colores, hay material en nuestras clases que también podemos utilizar.

* Fotos de emociones: Como me ven, como me veo.
* -Nos observamos en el espejo de manera individual e intenta expresar como se ven.
* -En asamblea, aprendemos a escuchar.

Os adjunto un vídeo para trabajarlo y puede dar lugar al diálogo y expresión de nuestras emociones.

Vídeo: Identificar emociones

Cuento: Paula y su cabello multicolor, de Carmen Prats Luque.

Os adjunto algunas cancioncillas que utilizaremos a lo largo del curso, dependiendo del momento y del grupo, como vosotras veáis más oportuno. Os recomiendo para comenzar, **MI CARITA CAMBIA DE COLOR**, y para el DÍA de la PAZ, **LAS VOCALES DE LA PAZ.**

Para tomar conciencia de nuestro bienestar, tanto físico como mental, recomiendo para cuando entramos del patio, como un primer paso para la toma de conciencia de nuestro esquema corporal ,que les ayudemos a ser conscientes de nuestra respiración. Ayuda a relajar y comenzar la siguiente actividad con mejor disposición.

Cualquier duda, estoy a vuestra entera disposición.

Buenas noches.