|  |
| --- |
| Nombre de la actividad:En tiempos de coronavirus |
| Fuente bibliográfica:Antonio Sánchez Román |
| Nivel educativo en el que se puede realizar:2º y 3º ciclo de Primaria, Secundaria, Adultos |
| Momento según estructura de la sesión: (Habituación, Desarrollo central, Cierre)Mientras dure el confinamiento |
| Aspectos a trabajar:-Conciencia de sí mismo.-Autorregulación emocional-Habilidades Sociales. |
| Descripción de la actividad:PASO 1.- Le entregamos el dibujo de la actividad y antes de realizarlo hacemos una pequeña relajación. La finalidad es que los participantes conecten con las posibles pérdidas y ganancias que le ha supuesto el confinamiento.PASO 2.- Se le pide a los participantes que coloquen en los círculos correspondientes las tres cosas que sienten han perdido y las tres que han ganado. Después colocaran la emoción que les provoca cada una de estas pérdidas y ganancias.PASO 3.- Una vez colocada la emoción en cada rectángulo, colocamos la polaridad de cada emoción en la punta de cada línea.PASO4.- Escribimos un relato donde vamos a incluir toda la información que hemos recogido en la actividad. El relato lo vamos a finalizar escribiendo las necesidades que tengo en este momento.PASO 5.- Compartimos en gran grupo.Paso 5.- (VARIANTE) Podemos recoger todas las cosas que en el grupo se sienten como ganancias y como perdidas, Establecer un debate sobre las mismas en gran grupo. |
| Tipo de agrupamiento: (individual, pareja, trio, grupo pequeño, gran grupo…)Individual y gran grupo. |
| Materiales necesarios:Ficha de la actividad y bolígrafo. |
| Temporalización: (Tiempo de duración y momento del curso)45 minutos,mientras dure el confinamiento. |
| Observaciones: |
| Adaptación a otros niveles educativos: |
| Material de apoyo al profesorado: |
| Memoria de la actividad |