

PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL/HABILIDADES SOCIALES**CURSO 19-20****COLEGIO:** _____

CONCEPTUALIZACIÓN	<i>La Educación Emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objetivo de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se le plantean en su vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social</i> (Bisquerra 2000, p. 243).
JUSTIFICACIÓN	<p>La educación de la inteligencia emocional y la educación en valores se han convertido en una necesidad y un contenido imprescindible en la educación del siglo XXI. Las competencias socioemocionales son un aspecto básico del desarrollo humano y de la preparación para la vida y por tanto incumben a la práctica educativa.</p> <p>Se ha demostrado que una mejora en la inteligencia emocional presenta beneficios en áreas como la salud física y mental, relaciones interpersonales y mejora en el rendimiento académico.</p> <p>En el aspecto más social, Los medios de comunicación transmiten contenidos con una elevada carga emocional, que el receptor debe aprender a procesar.</p> <p>Además es necesario aprender a regular las emociones negativas para prevenir comportamientos de riesgo (consumo de drogas, depresión, violencia, etc.) y enfrentar situaciones adversas que pueden sobrevenir a lo largo de la vida.</p>
OBJETIVOS PEDAGÓGICOS	<ul style="list-style-type: none"> • Incluir de forma consciente y programada los contenidos de inteligencia emocional seleccionados en el currículo de la educación infantil y primaria. • Incluir la temporalización y el desarrollo de esos contenidos dentro de la programación de aula. • Trabajar el equipo docente, de manera conjunta, coordinada y optimizando recursos y esfuerzos. • Disponer de una selección de materiales y recursos a utilizar en el aula.
	<p><u>.- MES DE OCTUBRE. ¡QUÉ SUERTE TENER AMIGOS! (Hacer amigos).</u></p> <p><u>.- MES DE NOVIEMBRE. ¡PONTE EN MIS ZAPATOS!(Empatía).</u></p> <p><u>.- MES DE DICIEMBRE. ¡SOMOS CORTESSES PARA CONVIVIR! (La cortesía: sonreír y saludar, presentarse, fórmulas verbales de cortesía, hacer favores, amabilidad)</u></p> <p><u>.- MES DE ENERO. ¡TE ESCUCHO Y TE DIGO CON RESPETO! (escucha activa y asertividad)</u></p> <p><u>.- MES DE FEBRERO. ¡ TODOS JUNTOS LO HACEMOS MEJOR¡ (Colaboración y cooperación).</u></p> <p><u>.- MES DE MARZO. ¡QUÉ BIEN TRABAJO EN LA ESCUELA!. (Habilidades relacionadas con la Escuela: preguntar oportunamente, intentar a pesar de la</u></p>

CONTENIDOS	<p>dificultad, responsabilidad con los materiales y las tareas...)</p> <p>.- MES DE ABRIL: ¡SOMOS DISTINTOS, PENSAMOS DISTINTO Y LO COMPARTIMOS! (Conversar y debatir con argumentos)</p> <p>.- MES DE MAYO: ¡APRENDEMOS A RESOLVER NUESTROS CONFLICTOS!</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ PREVENCIÓN DE CONFLICTOS: AUTOCONTROL. Relajación ante una situación difícil y lenguaje interior. ❖ RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS: Identificar problemas interpersonales 2 Buscar soluciones 3 Anticipar consecuencias 4 Elegir una solución 5 Probar la solución <p>.- MES DE JUNIO: ¡APRENDO A DECIR CÓMO ME SIENTO! (expresar sentimientos)</p>
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	<p>.- Ser un <u>ejemplo y referente</u> de educación emocional para el alumno. Es recomendable que los educadores participen en las actividades y muestren dudas y vulnerabilidades para ejercer de modelo y animar a los alumnos a expresarse de manera sentida y sincera.</p> <p>.-Procurar un <u>ambiente adecuado</u> en el aula para que los alumnos puedan hablar y mostrarse como son con confianza y seguridad, sin temor a ser ridiculizados, criticados o despreciados por parte de nadie. Es conveniente no obligar a los alumnos a participar cuando se les pide que hablen de ellos mismos. Algunos son reticentes a hacerlo en las primeras sesiones, pero generalmente se animan a medida que van cogiendo confianza.</p> <p>.- Es muy importante ayudar a los niños y niñas a <u>reforzar su autoestima</u>, y para ello es necesario favorecer una visión positiva de las aportaciones que hagan tratando de evitar críticas o juicios.</p> <p>.- <u>Actitud de escucha y respeto</u> . En algunas ocasiones, estos ejercicios pueden desvelar miedos y conflictos latentes entre los participantes. Cuando esto suceda, hay que ser especialmente receptivos y respetuosos y estar dispuestos a escuchar, aunque no se disponga de las herramientas necesarias para poder resolverlos. Cuando los alumnos no están acostumbrados a hacer estos ejercicios, es muy aconsejable programarlos en las horas que estén más receptivos. Para obtener buenos resultados, es necesario preparar y cuidar la actividad con el objetivo de darle la importancia que se merecen. En el momento de programar cada sesión, hay que tener en cuenta que es conveniente disponer del tiempo necesario para ser receptivo a las intervenciones de los alumnos, sin prisas, y garantizar que se puede acabar la sesión convenientemente, repasando al final las cosas que se han estado trabajando y dando pie a que los alumnos puedan expresar de manera clara y sencilla lo que hayan aprendido.</p> <p>.- <u>Reforzar los aprendizajes</u>. Es aconsejable repetir varias veces un mismo contenidos con diferentes actitudes para poder profundizar y dar tiempo a los alumnos de interiorizar los aspectos trabajados.</p>
TEMPORALIZACIÓN	<p>Se ha elegido una habilidad social para trabajar MENSUALMENTE para todo el Centro Escolar. Se requiere una dedicación mínima de UNA hora a la semana. En total CUATRO horas mensuales para el desarrollo de las actividades del programa. El ajuste de los tiempos de dedicación semanal/mensual dentro del horario escolar se establecerá a criterio del tutor o el profesor que vaya a llevar a cabo el desarrollo del programa.</p>

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS	<p>www.faroshsjd.net/adjuntos/2232.1-Faros%206%20Cast.pdf</p> <p>www.jornadeseducacioemocional.com/es/material-de-ediciones-anteriores/</p> <p>.- Cuaderno de educación de sentimientos. Programa de educación para la convivencia. Alberto Acosta, Jesús López Megías, Ignacio Segura y Emiliano Rodríguez.</p> <p>.- Cuaderno de hhss alternativas a la agresión. Programa de educación para la convivencia. Alberto Acosta, Jesús López Megías, Ignacio Segura y Emiliano Rodríguez.</p> <p>.- Programa de aprendizaje de habilidades de interacción social (PEHIS). M^a Inés Monjas Casares, 1999.</p> <p>.- Aprende habilidades sociales con Pelayo y su pandilla.</p>
MATERIALES PARA TRABAJAR	<p>Cada mes se proporcionará al profesorado la ficha de programación de la habilidad social a trabajar ese mes, así como los materiales pedagógicos (audiovisuales, lecturas, fichas, juegos, cuentos....) para poder trabajar esa habilidad en el aula. Los materiales se clasificarán por niveles e interniveles.</p>
EVALUACIÓN	<p>En las sesiones desarrolladas el profesor/a anotará sus observaciones respecto al desarrollo de las actividades. Tendrá en cuenta las expresiones verbales y gestuales de los alumnos, así como sus manifestaciones respecto al desarrollo de las actividades. El profesor realizará una valoración del grado de satisfacción y aprendizaje de los alumnos, así como propuestas de mejora o aspectos a desarrollar o profundizar.</p> <p>Si se observarán niveles disfuncionales importantes en alguno de los alumnos se consultará con el equipo docente, o en su caso con el equipo de orientación.</p> <p>Es importante también realizar una evaluación o seguimiento del programa en cada etapa e internivel con carácter mensual/trimestral. También se realizará una valoración del programa al finalizar el curso y se tomarán decisiones respecto a su continuidad, reajustes u otros aspectos.</p>