

PROMIVIENDO LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Grupo: Infantil 5 años

Actividades:

La Rana y la Nata.

Objetivo: Despertar en los niños/as una mayor autoestima y capacidad de poder conseguir lo que se propongan.

- Locución del cuento de la Rana y La Nata.
- Conclusiones y reflexiones de la historia por parte de los niños.
- Creación de una rutina: "Si lo intentas, lo conseguirás".
- Elaboración de un mural



Reflexión acerca de esta actividad:

La locución de la historia de la Rana y la Nata que encontré no era muy infantil. Una voz en off con acento argentino relataba la historia y tuve muchas dudas de que los niños y niñas fueran a prestar atención. Sin embargo, todos escucharon atentamente el relato y cuando terminó pedí que me lo contaran con sus palabras y que me explicaran que les había ocurrido a las dos ranas. Me maravilló escuchar sus reflexiones y sus comparaciones con sus experiencias más cercanas. Incluimos en las rutinas de la clase la historia para recordar a los alumnos que cuando algo no sale a la primera solo tienen que volver a intentarlo para conseguir finalmente sus propósitos.

El Monstruo de Colores.

Objetivo: Identificar e iniciarse en el autocontrol de las emociones básicas.

- Locución del cuento.
- Profundización en cada una de las emociones básicas. Dedicación de diferentes sesiones para trabajar cada emoción con cuentos y vivencias personales.
- Elaboración de una versión propia del cuento por parte de cada niño.
- Identificación de la emoción básica que sentían los niños/as en la asamblea, mediante la utilización de carteles con las diferentes emociones y el monstruo de su color correspondiente.



Reflexión acerca de la actividad:

Cuando se explican las diferentes sensaciones que aporta cada emoción básica y se plantean ejemplos de situaciones en las que se pueden sentir de una u otra manera, los niños/as en su mayoría son capaces de saber con qué emoción se encuentran más identificados en cada momento y algo que me llamó mucho la atención y que creo que se debería indagar más en ello, es la capacidad generalizada que tienen o adquieren para saber qué es lo que hace que sientan una u otra emoción.

Tormenta en el frasco.

Objetivo: Identificar la emoción básica del enfado e iniciarse en el control de la misma.

- Locución del cuento.
- Reflexión acerca de la historia.
- Relación con las vivencias de cada niño/a.
- Elaboración de un frasco de la calma.
- Utilización del frasco de la calma en los momentos en los que algún niño/a se sienta muy enfadado.



Reflexión acerca de la actividad:

Descubrimos este cuento gracias a una niña de la clase, les pregunté que les parecería hacer un frasco de la calma para tener en el aula y utilizar cuando hubiera un conflicto y como a todos les pareció una buena idea, la maestra de inglés y yo nos decidimos a fabricarlo. Nos resultó un buen instrumento para tratar las rabietas que sufren algunos alumnos y aunque no funcione como una varita mágica si que es cierto que hace que el niño se pare a pensar en cómo se sienta y si es necesaria toda esa rabia o puede utilizar otras herramientas para solucionar el conflicto o sus propias sensaciones.

