

# C.E.I.P. Francisco Giner de los Ríos Murcia



# UN MUNDO DE EMOCIONES

No llores,  
no pasa  
nada...

Profe, no  
quieren  
jugar  
conmigo.

Se están  
riendo de  
mí...

A ver si se  
acaba la clase  
ya que hoy  
como con mis  
primos...iyupi!

....., es que es  
el malo de la  
clase.

Mi madre está  
en el hospital y  
tengo que  
encargarme de  
mi hermano  
pequeño

CURSO 2012-2013  
AULA DE 3.º DE PRIMARIA

ALUMNO CON COMPORTAMIENTOS DISRUPTIVOS



ORIENTADORA DEL CENTRO



PROFESIONAL DEL CENTRO DE  
RECURSOS C.P.E.E. PÉREZ URRUTI

PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

PROFESORES: NINGUNA FORMACIÓN EN LA  
UNIVERSIDAD.

TRABAJAMOS CON PERSONAS, CON NIÑOS Y NIÑAS.

ES FUNDAMENTAL TENER PROFESORES  
EMOCIONALMENTE INTELIGENTES



CURSOS  
DEL  
C.P.R.

CURSO 2012-2013 "SENTIRNOS BIEN PARA ESTAR MEJOR".

# OBJETIVOS GENERALES:

- 1.- Favorecer el desarrollo adecuado de la personalidad y del conocimiento social para conseguir el máximo bienestar social del alumnado.
- 2.- Prevenir la aparición de problemas o disfunciones que podrían desembocar en conductas desadaptativas o violentas.

## BLOQUES DE CONTENIDOS:

CONOCIMIENTO  
EMOCIONES

GESTIÓN DE  
LAS  
EMOCIONES

AUTOESTIMA

EMPATÍA

HABILIDADES  
SOCIALES Y DE  
COMUNICACIÓN

RESOLUCIÓN  
DE  
CONFLICTOS

# ACTIVIDADES



## BESOS / ABRAZOS MÁGICOS

SE ELIGE A UN ALUMNO AL  
QUE SE LE TAPAN LOS OJOS  
CON UN PAÑUELO.  
OTRO COMPAÑERO QUE  
QUIERA O LE APETEZCA LE DA  
UN BESO.  
SE TRATA DE AVERIGUAR  
QUIÉN SE LO HA DADO.



# ACTIVIDADES



## EL PANEL DE LAS EMOCIONES

SELECCIONAR LAS EMOCIONES QUE QUEREMOS TRABAJAR.  
INTRODUCIR LOS DIBUJOS EN UNA BOLSA. POR TURNOS VAN SALIENDO Y ESCOGIENDO UN DIBUJO. DEBERÁN EXPRESARLO CON SU CARA Y EL RESTO AVERIGUARLO.  
EN ASAMBLEA, EXPONER CUÁNDO NOS SENTIMOS ASÍ Y POR QUÉ.  
ELABORAR UNA TARJETA CON NUESTRO NOMBRE.  
CADA DÍA COLOCAR NUESTRO NOMBRE DONDE CORRESPONDA.  
DEDICAR UN TIEMPO PARA HABLAR DE ELLO.

# ACTIVIDADES

ME ALEGRO QUE ESTÉS/ SEAS...



CARICIAS CON FORMA DE  
CORAZÓN.  
FRASES BONITAS. TODOS  
TENEMOS CUALIDADES  
POSITIVAS.  
COLOCAR LOS NOMBRES DE LOS  
ALUMNOS EN UNA CAJA.  
CADA ALUMNO SACA UN NOMBRE  
Y DEBE ESCRIBIRLE UNA  
CARICIA UTILIZANDO LA FRASE.  
A CONTINUACIÓN CADA NIÑO  
ENTREGA EL CORAZÓN A SU  
AMIGO MIENTRAS LE DICE LA  
FRASE.



# ACTIVIDADES

Nombre: Roca Muñoz Contreras

Rodea doce adjetivos con los que te identifiques, y los que mejor describan tu forma de ser.

- |                              |                         |
|------------------------------|-------------------------|
| Generoso                     | <u>Simpático</u>        |
| <u>Pacifista</u>             | Intuitivo               |
| <u>Cuidador de los demás</u> | <u>Estudioso</u>        |
| Emocional                    | <u>Observador</u>       |
| <u>Sincero</u>               | Callado                 |
| Introvertido                 | <u>Divertido</u>        |
| Serio                        | <u>Limpio</u>           |
| <u>Activo</u>                | Sensible                |
| <u>Gran compañero</u>        | Deportista              |
| <u>Gran amigo</u>            | <u>Inteligente</u>      |
| Nervioso                     | Bondadoso               |
| <u>Tranquilo</u>             | <u>Escritor</u>         |
| <u>Alegre</u>                | <u>Responsable</u>      |
| <u>Bueno</u>                 | <u>Hace los deberes</u> |
| <u>Gusta mucho jugar</u>     | Obediente.              |
| Sentimental.                 | _____                   |
| Solidario                    | _____                   |
| <u>Trabajador</u>            | _____                   |

Elige a un compañero y escribe los adjetivos que mejor describan según tú, a tu compañero.

Nombre de mi compañero: Juan Antonio Maxim

Es listo, amable, simpático, estudioso, generoso y muy amable. Siempre hace los deberes y ¡es el mejor amigo que puedas tener!

TEST.

IDENTIFICAR LOS 12  
ADJETIVOS QUE MEJOR NOS  
IDENTIFIQUEN.

ELEGIR A UN COMPAÑERO Y  
ESCRIBIR LOS QUE MEJOR LO  
DESCRIBAN PERO EN  
POSITIVO

# ACTIVIDADES

TE FELICITO AMIGO.

**TE  
FELICITO**



PENSAR EN QUÉ ES LO QUE  
LES GUSTA DEL COMPAÑERO  
QUE TIENEN AL LADO.  
UTILIZAR LA ESTRUCTURA:  
"ME GUSTA..."

EL ALUMNO QUE RECIBA  
EL ELOGIO, UTILIZARÁ  
LA ESTRUCTURA:  
"GRACIAS, ME GUSTA  
QUE ME DIGAS ESO".

# ACTIVIDADES

## NOS DECIMOS COSAS POSITIVAS





# ACTIVIDADES

## EL SEMÁFORO DE LAS EMOCIONES

Nombre: Lucía Larra

CONTROLAR EL ENFADO



Cuando nos enfadamos sentimos tristeza

Colorea los niños o niñas que están enfadados



¿Cómo se siente nuestro cuerpo cuando estamos demasiado enfadados?

Yo me siento triste y enojada.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Cuando estamos enfadados no podemos pensar bien.

Para pensar bien y encontrar soluciones primero tenemos que tranquilizarnos.

Tenemos que aprender a quitarnos de la cabeza los pensamientos que no nos sirven, los que nos ponen tristes o furiosos...

Recuerda la técnica del semáforo.



¿Qué cosas puedo poner en práctica para calmarme cuando estoy muy enfadado?

pensar en otra cosa y verme de este lugar.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ROJO= PARARSE  
AMARILLO= PENSAR  
VERDE=  
SOLUCIONARLO

REFLEXIONAR SOBRE CÓMO CONTROLAR EL ENFADO. LISTADO DE LAS COSAS QUE PODEMOS HACER PARA CALMARNOS EN UNA SITUACIÓN CONFLICTIVA.

ME HE SENTIDO...  
CUANDO TÚ...

# ACTIVIDADES



TALLER DEL ARTISTA  
EXPLICAR LA RELACIÓN  
QUE TIENEN LOS COLORES  
CON LAS EMOCIONES

PINTAR EN UNA LÁMINA DE  
UN PINTOR.

MÚSICA DE FONDO E INCIENSO.





CURSO 2013-2014  
PROGRAMACIÓN GENERAL ANUAL  
RECOGIDO EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN  
EMOCIONAL PARA 4.º Y 5.º



PROGRAMA DE ALTAS CAPACIDADES

INTELIGENCIA EMOCIONAL

# FORMACIÓN AL CLAUSTRO

DESPIERTA EL INTERÉS EN EL CLAUSTRO

CHARLA INFORMATIVA SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL A CARGO DE LA PROFESIONAL DEL C.P.E.E. PÉREZ URRUTI



GRUPOS  
DE  
TRABAJO

INTELIGENCIA  
EMOCIONAL



TÉCNICAS DE RELAJACIÓN EN TODAS LAS CLASES



# PROPORCIONAR MATERIAL





# PROPORCIONAR MATERIAL

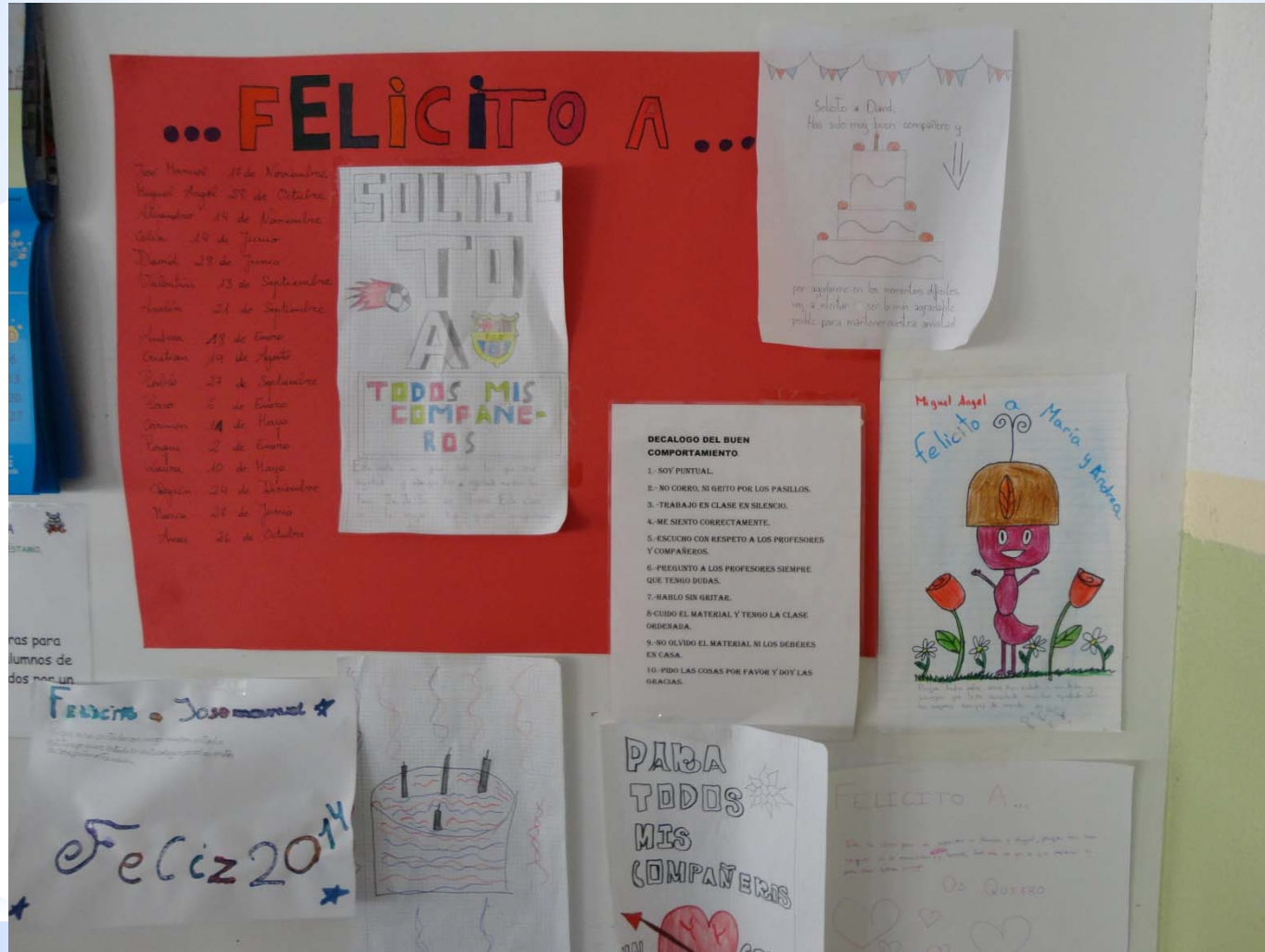


# PROPORCIONAR MATERIAL







# PROPORCIONAR MATERIAL






# EVALUACIÓN

REGISTRO ACTIVIDADES DE ALTAS CAPACIDADES AULA DE 1.º  
 TUTORA: \_\_\_\_\_

## INTELIGENCIA EMOCIONAL

ACTIVIDAD	FECHA/S	EVALUACIÓN			OBSERVACIONES
					
1. EMOCIONÓMETRO					
2. CAJA DE LOS DESEOS					
3. TÉCNICA DEL SEMÁFORO					
4. RINCÓN DE LA PAZ					
5. TÉCNICAS DE RELAJACIÓN					
6. HOY ES MI CUMPLEAÑOS					

ACTIVIDAD	FECHA/S	EVALUACIÓN			OBSERVACIONES
					
7. SESIÓN DE INTELIGENCIA EMOCIONAL					
8.					
9.					
10.					

# CONCLUSIÓN:

CAMBIO EN LA MANERA DE HACER

CAMBIO EN LA ACTITUD DE LOS ALUMNOS

GESTIONAR LAS EMOCIONES

TRATAMOS CON PERSONAS QUE SIENTEN Y A  
LAS QUE LES SUCEDEN COSAS.

e-mail: [30010701@murciaeduca.es](mailto:30010701@murciaeduca.es)

