



Lee la información y realiza la actividad sugerida.

INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA ESCUELA

Ejemplos para mejorar la educación emocional en Primaria

Para el desarrollo de la educación emocional en el ciclo de Primaria es recomendable trabajarla de forma transversal. Para ello, se pueden integrar en el aula una serie de actividades que pueden realizarse en el día a día:

- Utilización de recursos como cuentos, películas o cortos sobre las emociones con el objetivo de conocer y aprender a identificar emociones.
- Usar momentos de reflexión y asamblea en la que el alumnado pueda expresarse con seguridad y tranquilidad, aprendiendo formas de gestionar emociones de manera conjunta.
- Crear un bote de la calma entre todo el aula, posteriormente disponer de ese material de elaboración propia al alcance de cualquiera que en un momento concreto necesite acceder al recurso para tranquilizarse.
- Realizar sesiones de yoga o mindfulness (Investigar)
- Juego dado emocional: utilizando un dado con diferentes expresiones, lanzarlo, identificar emociones e inventar una situación que podría haberla provocado.
- Gestión y resolución de conflictos: empleando pautas y ayuda de los demás, identificar los problemas, la causa, lo que siente cada parte y como se puede solucionar de forma positiva.
- Realizar actividades con música en la que establezcan relaciones entre emociones y los sentidos.

ACTIVIDADES:

1. Recuerda un conflicto que haya sucedido en tu escuela o salón:
 - Selecciona una de las estrategias que podría haberse aplicado.
 - Comenta por qué.
 - Presenta tu trabajo en papel bond, sujeto a un folder.