



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

CEIP PLURILINGÜE “IRMÁNS VILLAR”
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

Rúa Peña Trevinca, 41 (32005 Ourense)

Teléfono: 988788585 Fax: 988788587

E-mail: ceip.irmans.villar@edu.xunta.es

PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA ALUMNOS DE EDUCACIÓN INFANTIL E PRIMARIA

CEIP PLURILINGÜE “IRMÁNS VILLAR”

CURSO 2022/2023

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

M^a JESÚS RODRÍGUEZ FERNÁNDEZ



XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

**CEIP PLURILINGÜE “IRMÁNS VILLAR”
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN**

Rúa Peña Trevinca, 41 (32005 Ourense)

Teléfono: 988788585 Fax: 988788587

E-mail: ceip.irmans.villar@edu.xunta.es



ÍNDICE

- INTRODUCCIÓN
- EDUCACIÓN EMOCIONAL EN ALUMNOS DE
EDUCACIÓN INFANTIL E PRIMARIA
- OBXECTIVOS
- CONTIDOS
- COMPETENCIAS
- PROPOSTAS DIDÁCTICAS
- AVALIACIÓN
- ANEXO (ACTIVIDADES ADAPTADAS CON
PICTOGRAMAS DE ARASAAC)



▪ **INTRODUCCIÓN**

Enténdese por emoción o conxunto de reaccións orgánicas que experimenta un individuo cando responden a determinados estímulos externos que lle permiten adaptarse a unha situación con respecto a unha persoa, obxecto, lugar, entre outros.

A palabra emoción deriva do latín emotio, que significa "movemento", "impulso" (Sánchez, 2009)

A emoción caracterízase por ser unha alteración do humor a curto prazo pero de maior intensidade que un sentimento. Por outra banda, os sentimentos son as consecuencias das emocións, polo tanto son máis duradeiros e poden verbalizarse. Damasio (1996)

As emocións son a causa de varias reaccións orgánicas que poden ser fisiolóxicas, psicolóxicas ou condutuais, é dicir, son reaccións que poden ser innatas e influídas por experiencias ou coñecementos previos.

Estas reaccións orgánicas que xeran emocións están controladas polo sistema límbico, composto por varias estruturas cerebrais que controlan as respostas fisiolóxicas. Non obstante, unha emoción tamén pode producir un comportamento que se pode aprender de antemán, como unha expresión facial.

▪ **XUSTIFICACIÓN**

Dende que comezou a pandemia derivada da COVID 19 vivenciamos unha circunstancia excepcional que nos obrigou a cambiar de hábitos. Na actualidade desactiváronse os protocolos e tratamos de regresar á normalidade aínda que as secuelas e a incertidume de como evolucionará a situación seguen presentes. A nivel emocional segue supoñendo un reto para toda a sociedade, facéndose necesaria mais que nunca a educación emocional nos centros educativos.

O reto de asimilar esta situación foi aínda máis complexo para aquel alumnado que presenta dificultades para expresarse, comunicarse e comprender a situación na que se atoparon durante tantos meses.

Tendo en conta este contexto, vemos a necesidade de traballar a educación emocional como contido transversal ao longo de todo o curso, facendo especial fincapé no período de adaptación.

Debemos partir dunha avaliación inicial do alumnado, da observación e do intercambio de información coas familias para poder facilitar, no caso de ser preciso unhas pautas de apoio para o alumnado que o precise.



▪ **CONTEXTUALIZACIÓN (CARACTERÍSTICAS DO ALUMNADO DO CENTRO)**

O C.E.I.P. plurilingüe “Irmáns Villar” é un centro de dúas liñas que acolle alumnado das etapas de educación infantil e primaria, entre este alumnado inclúense nenos e nenas con NEAE de diversa índole como o TDAH, dislexia, e outros con dificultades na comunicación e comprensión dos cambios que acontecen ao seu redor (TEA, NEE por retraso madurativo...)

▪ **EDUCACIÓN EMOCIONAL NO ALUMNADO DE EDUCACIÓN INFANTIL E PRIMARIA**

Segundo Daniel Góleman, a educación emocional é a capacidade de recoñecer os nosos propios sentimentos e os dos demais, de motivarnos e de manexar axeitadamente as relacións.

É moi importante que o alumnado aprenda a xestionar as súas emocións, deben aprender a pensar antes de actuar, a controlar a agresividade e a ira, e a identificar cando están alegres ou tristes.... Todo isto conséguese a través da educación emocional dende que son pequenos. Deste xeito serán máis felices e saberán adaptarse ás situacións que se lles van presentar ao longo da súa vida.

A importancia da educación emocional radica en que axuda ao alumnado a ser cognitivamente máis eficaz, ter máis éxito persoal, estar máis motivado, e ser emocionalmente máis feliz.

A educación emocional faise dobremente importante no caso de alumnado con NEAE, e máis concretamente con NEE polas dificultades asociadas a nivel comunicativo, o que moitas veces desencadea en frustración e, por conseguinte, manifestación de condutas disruptivas, descontrol de impulsos etc.

O alumnado precisa de ferramentas e estratexias que lle sirvan de fío condutor das propias emocións, para reducir deste xeito a ansiedade e acadar o benestar e o equilibrio persoal.

▪ **OBXECTIVOS**

O obxectivo xeral deste programa é contribuír a mellorar as competencias socio emocionais do alumnado, poñendo especial énfase na xestión emocional e as habilidades sociais, así como o benestar persoal e social.

Ademais, preténdese contribuír ao benestar emocional da comunidade educativa no seu conxunto

- Acadar o benestar emocional do alumnado do centro
- Por ao servizo do alumnado os recursos e estratexias necesarios para recoñecer e manexar as súas propias emocións
- Por ao servizo do alumnado os recursos e estratexias necesarios para recoñecer as emocións nos demais
- Aportar ao alumnado estratexias de autorregulación emocional



- Aportar ao alumnado as habilidades sociais necesarias para interactuar correctamente respectando as ideas, sentimentos e emocións dos compañeiros
- Establecer canles de comunicación e servir de mediación entre as familias e o centro educativo axudando a diminuír a ansiedade e xerando seguridade, tranquilidade e confianza

▪ **CONTIDOS**

- Recoñecemento das emocións básicas propias e alleas
- Expresión das propias emocións axeitadamente a través da linguaxe oral (ou dun SAAC no caso de ser necesario).
- Asimilación de estratexias de autorregulación da propia conduta
- Adquisición de habilidades sociais que contribúan á resolución positiva de conflitos e á empatía

▪ **COMPETENCIAS A TRABALLAR:**

- Competencias sociais e cívicas
- Competencias para a autonomía e iniciativa persoal
- Competencia en comunicación lingüística

▪ **PROPOSTAS DIDÁCTICAS:**

As propostas didácticas serán presentadas de xeito xeral, as actividades e tarefas concretaranse nas titorías axudándose das diferentes dinamizacións de centro e empregando en cada momento a liña de traballo escollida para o curso actual. Ademais cada titor deberá adaptar metodoloxías e recursos ao alumnado da súa aula.

NA EDUCACIÓN INFANTIL

1º Traballar as emocións a través dos contos”

- “ El gran libro de las emociones” de María Menéndez-Ponte editorial Duomo ediciones (recompilación de 30 contos que axuda a recoñecer, comprender e xestionar as diferentes emocións)
- “José está contento” aprendices visuales. Miriam Reyes Oliva. Fundación Orange
- “José está asustado” aprendices visuales. Miriam Reyes Oliva. Fundación Orange
- “José está triste” aprendices visuales. Miriam Reyes Oliva. Fundación Orange
- “ Que necesito cuando me enfado” De Tania García. Sobre emociones, valores e hábitos.
- Colección “sentimientos” de Tracey Moroney, ed. SM (+ de 3 años) (axuda a coñecer os sentimentos e a manexalos)
- “Las emociones de Nacho” , de Liesbet Slegers, ed. Edelvives (+ de 3 años)



- “Así es mi corazón” de Jo Witek, ed. Bruño (album ilustrado para reconocer sentimientos e emocións)
- “El monstruo de colores”, de Anna Llenas, ed. Flamboyant (+ de 3 años)
- “Emocionario”, VV.AA, ed Palabras Aladas (+ 7 años)

2º Algúns vídeos interesantes para traballar as emocións

- https://www.youtube.com/watch?time_continue=5&v=7Krw5hSsFxo&feature=emb_logo
- https://www.youtube.com/watch?time_continue=12&v=K4Zk7p7FN0k&feature=emb_logo
- <https://www.youtube.com/watch?v=OczEHXRU9WU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=5pUmAOTQqCg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=2tLAWjgF9AU>
- <http://ptmaria.blogspot.com/search/label/Cuentos%20y%20v%C3%ADdeos>

3º Outras actividades

- É interesante empregar imaxes que expresen emocións, comezando por pictogramas sinxelos coas emocións básicas para que os nenos as identifiquen e as imiten, que escollan coa que se sintan identificados.
- Tamén soe ser de utilidade empregar monicreques, bonecos para que os nenos interaccionen con eles
- Aportaranse diferentes propostas de actividades en PDF que servirán de punto de partida para adaptar a cada un dos nenos e nenas.

4º actividades e música de relaxación para o alumnado:

- <https://www.youtube.com/watch?v=o9uaRmHiAwc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Lmzft6Gv4fo>
- <https://www.youtube.com/watch?v=sIbdc-INXjU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=LOYxOzMUgAY&t=6s>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Ea6ykVh7Y7U>
- <https://www.youtube.com/watch?v=tudwNZGbWXY>
- <https://www.youtube.com/watch?v=pRPrwQ5ZyyE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=vuUL6qtOF-k&t=886s>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Z0-jTY6qWWA>

NA EDUCACIÓN PRIMARIA

1º Traballar as emocións a través dos contos”

- Un beso antes de desayunar. Raquel Díaz Reguera
<https://youtu.be/WGFMZzpiAms>
- Gustabito el superdeditos
<https://youtu.be/DISsu43RaYc>
- La Flor Más Grande del Mundo. José Saramago
<https://youtu.be/6GACyqE2-uU>

2º Curtametraxes para traballar as emocións:

Amizade



- Mi lado de la bufanda. Carmen Parets. <https://youtu.be/y8bq63NqaF4>
- Monsterbox. <https://youtu.be/DoLAoOkG5gY>
- Changing Batteries https://youtu.be/O_yVo3YOfqQ

Empatía

- Chicken or The Egg. <https://youtu.be/nfYPktsd9bs>
- Los pajaritos. <https://youtu.be/BLxx59JLCCY>

Tolerancia

- Tolerancia <https://youtu.be/hNgfr5kHg5E>
- El puente https://youtu.be/NaMpxR_RQSY

3º Traballar as emocións a través do mindfullnes.

- <https://volandocometas.com/mindfulness-para-ninos>

▪ AVALIACIÓN

O éxito deste programa radicará no éxito que teñamos como centro á hora de conseguir que o alumnado acuda feliz ao colexio, obxectivo que se pretende ao longo de todos os cursos educativos, pero que nestes últimos en concreto se percibe máis difícil de acadar dadas as circunstancias.

A avaliación do presente programa terá en conta os seguintes criterios de avaliación:

- Acode contento ao centro expresando as súas emocións
- Expresa as emocións propias a través da fala ou expresión corporal, e identificalas nos pictogramas ou imaxes.
- Recoñece as emocións nos demais e empatiza con eles
- Autorregula a propia conduta emocional con autonomía crecente
- Mellora nas habilidades sociais



XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

**CEIP PLURILINGÜE “IRMÁNS VILLAR”
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN**

Rúa Peña Trevinca, 41 (32005 Ourense)

Teléfono: 988788585 Fax: 988788587

E-mail: ceip.irmans.villar@edu.xunta.es

**ANEXO DE ACTIVIDADES CON PICTOGRAMAS DE ARASAAC, SACADAS DA PÁXINA
WEB DE ARASAAC E TRADUCIDAS AO GALEGO**



ÁS VECES, SÍNTOME...



ALEGRE



ENFADADO



NERVIOSO



SORPRENDIDO



TRISTE



ABURRIDO



CONTENTO



PREOCUPADO



CANSO



DISTRAIDO



NAMORADO



ENFERMO



MAREADO



ASUSTADO



AVERGOÑADO



CONTENTO



ÁS VECES, SÍNTOME...



ALEGRE



ENFADADA



NERVIOSA



SORPRENDIDA



TRISTE



ABURRIDA



CONTENTA



PREOCUPADA



CANSA



DISTRAIDA



NAMORADA



ENFERMA



MAREADA



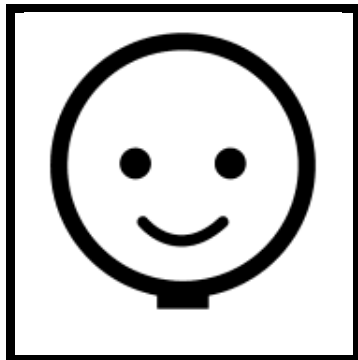
ASUSTADA



AVERGOÑADA



CONTENTA



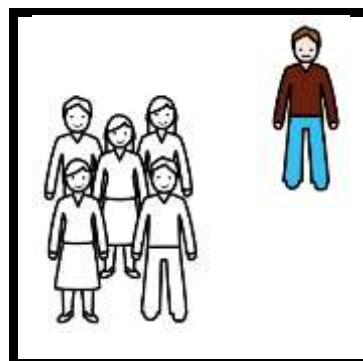
ALEGRE

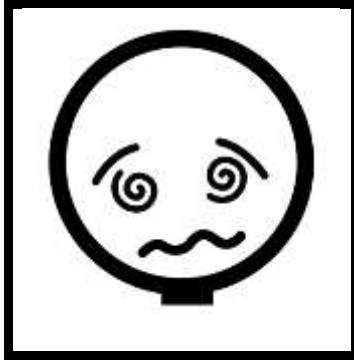


TRISTE



CANSADO

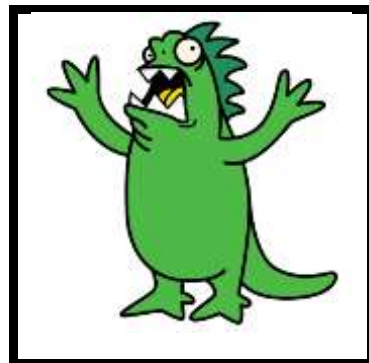




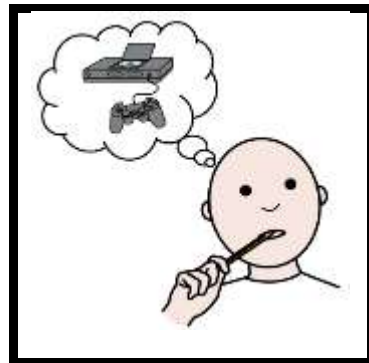
MAREADO

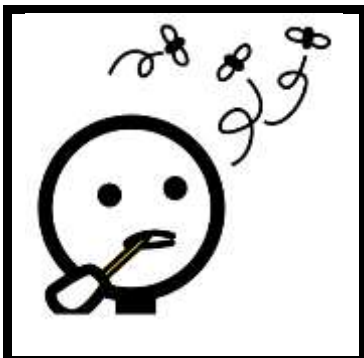


ENFADADO



ABURRIDO

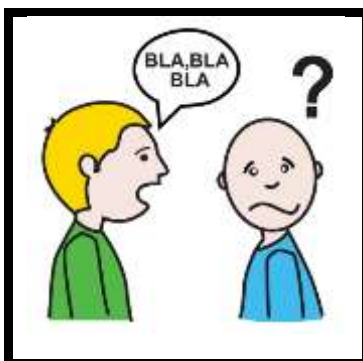




DISTRAIDO



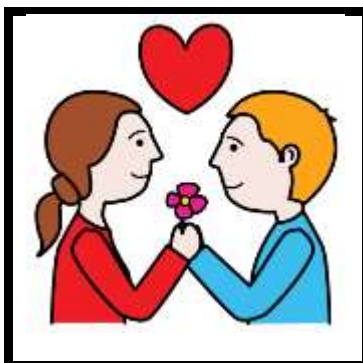
ASUSTADO



 UNE

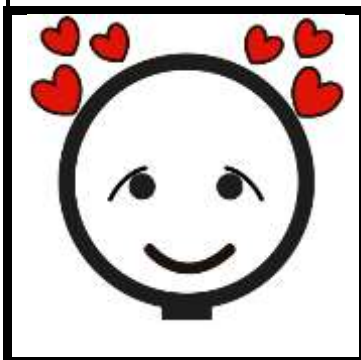


NERVIOSO





CONTENTO

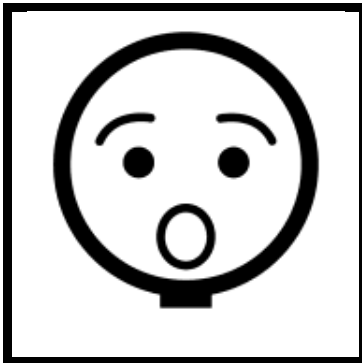


NAMORADO



AVERGOÑADO

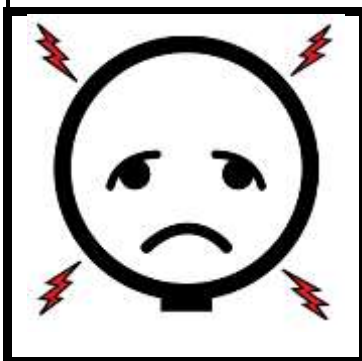




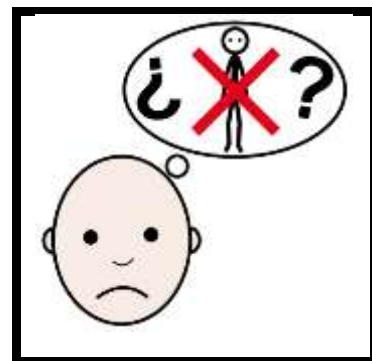
SORPRENDIDO



PREOCUPADO

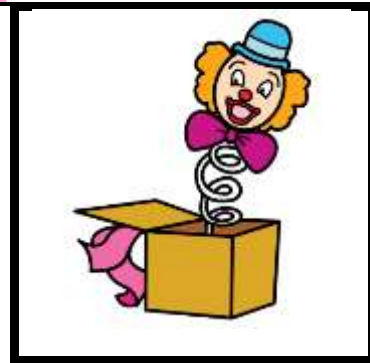
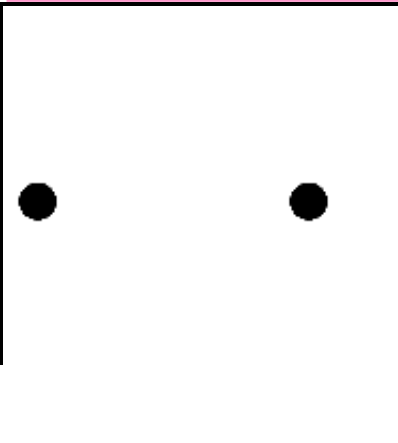


ENFERMO



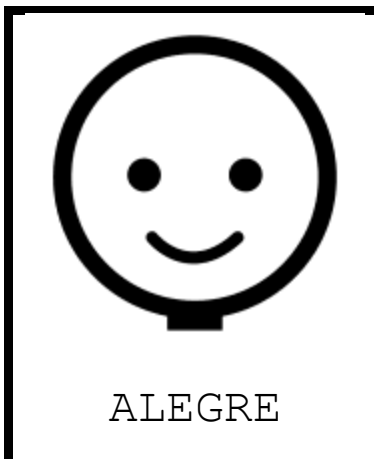


CONTENTO



A

ESTÁ



ALEGRE



ENFADADA



ASUSTADA

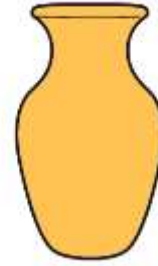
PORQUE



O NENO



ROMPEU



O XARRÓN

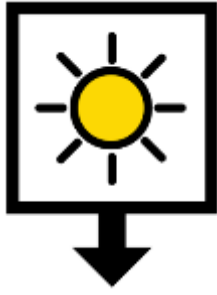


A  ESTÁ

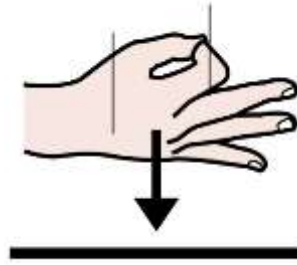
| | | |
|---|---|---|
|  TRISTE |  ABURRIDA |  ALEGRE |
|---|---|---|



PORQUE



HOXE



É



O SEU
 ANIVERSARIO



O ESTÁ

| | | |
|--|--|---|
|  <p>CANSO</p> |  <p>DISTRAIDO</p> |  <p>NAMORADO</p> |
|--|--|---|



PORQUE



TRABALLOU



MOITO



NA HORTA



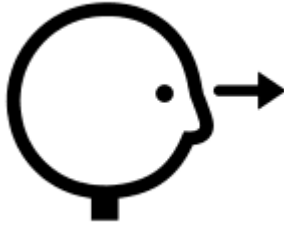
O

ESTÁ

| | | |
|---|--|---|
|  <p>ALEGRE</p> |  <p>MAREADO</p> |  <p>ASUSTADO</p> |
|---|--|---|



PORQUE



VIU



UN MONSTRO



NA TELE



A

ESTÁ

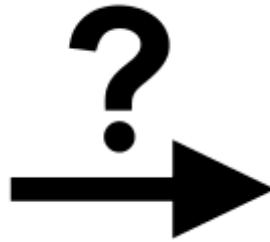
| | | |
|----------|---------|------------|
| | | |
| CONTENTO | MAREADA | PREOCUPADA |



PORQUE



NON SABE



CANDO CHEGA






O AUTOBÚS



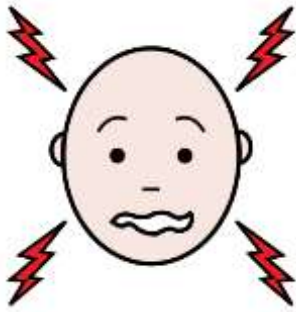
O

ESTÁ

| | | |
|---|--|--|
|  <p>ASUSTADO</p> |  <p>ENFERMO</p> |  <p>SORPRENDIDO</p> |
|---|--|--|



PORQUE



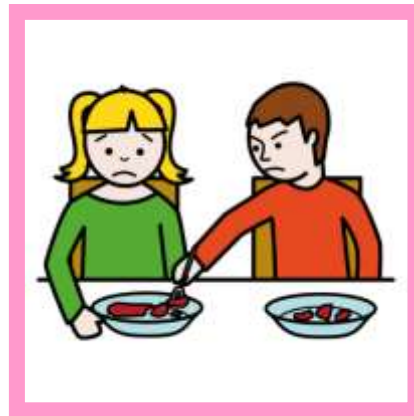
DÓELLE



A GORXA



E OS OIDOS



A

ESTÁ



ABURRIDA



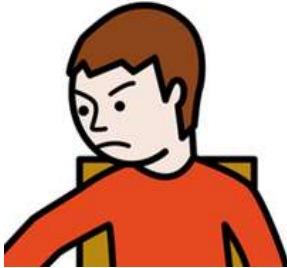
CONTENTA



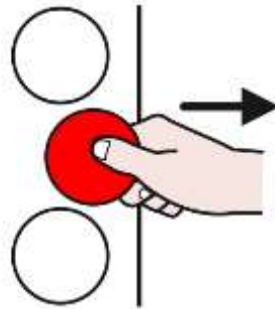
TRISTE



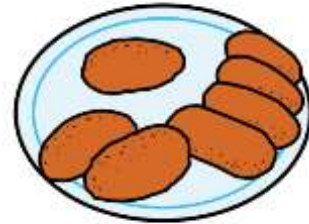
PORQUE



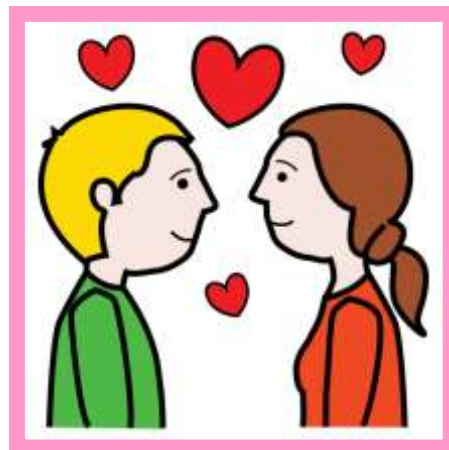
O NENO



QUÍTALLE



A COMIDA



O **ESTÁ**





PORQUE



GÚSTALLE



MOITO






UNHA AMIGA



A



ESTÁ

| | | |
|---|--|---|
|  <p>ASUSTADA</p> |  <p>MAREADA</p> |  <p>ABURRIDA</p> |
|---|--|---|



PORQUE



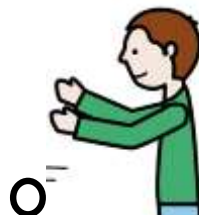
NON LLE
 GUSTAN






OS DEBUXOS



DA TELE



O **ESTÁ**

| | | |
|--|---|--|
|  <p>SORPRENDIDO</p> |  <p>TRISTE</p> |  <p>ENFERMO</p> |
|--|---|--|



PORQUE



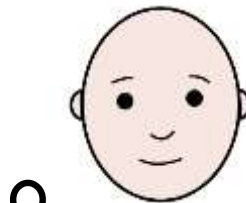
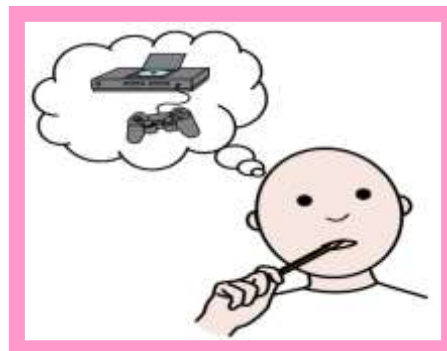
A NENA



DALLE



UN AGASALLO



O

ESTÁ

| | | |
|---|--|---|
|  <p>ENFADADO</p> |  <p>DISTRAIDO</p> |  <p>CONTENTO</p> |
|---|--|---|



PORQUE



PENSA



EN XOGAR



A CONSOLA



AVERGOÑADO



ENFERMO



CANSO



PORQUE



NON LLE
 GUSTA



FALAR



EN PÚBLICO



O

ESTÁ





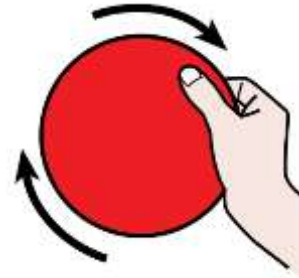
PORQUE



MONTOU



NA NORIA



QUE DA
 VOLTAS



O ESTÁ



ABURRIDO



ENFADADO



NERVIOSO



PORQUE



OS SEUS
AMIGOS



CONVIDÁRONO



A UNHA FESTA