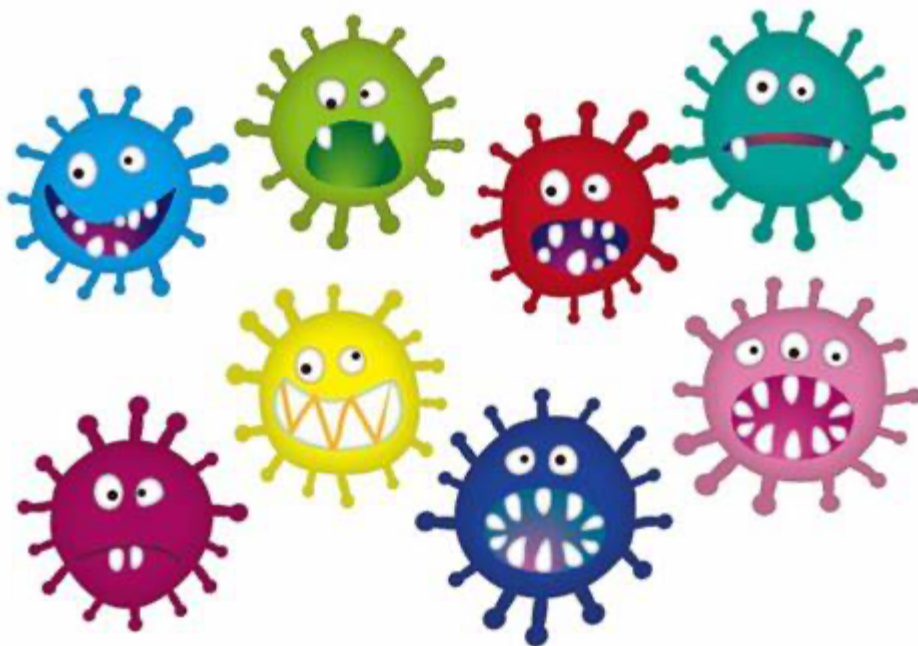




PROGRAMA DE EDUCACIÓN **EMOCIONAL E SOCIAL**

**PARA ALUMNOS/AS DE EDUCACIÓN INFANTIL E PRIMARIA
POLA NOVA SITUACIÓN DERIVADA DA PANDEMIA**



CEIP ANA MARÍA DIÉGUEZ
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN
CURSO 2020-2021



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

1. XUSTIFICACIÓN

2. CONTEXTUALIZACIÓN DO CENTRO (CARACTERÍSTICAS DO ALUMNADO DO CENTRO)

3. EDUCACIÓN EMOCIONAL EN ALUMNOS DE EDUCACIÓN INFANTIL E PRIMARIA

4. OBXECTIVOS

5. CONTIDOS

6. COMPETENCIAS

7. PROPOSTAS DIDÁCTICAS

8. AVALIACIÓN



INTRODUCCIÓN

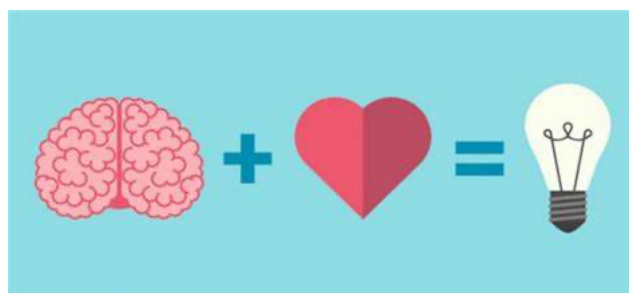
Enténdese por emoción o conxunto de reaccións orgánicas que experimenta un individuo cando responden a determinados estímulos externos que lle permiten adaptarse a unha situación con respecto a unha persoa, obxecto, lugar, entre outros.

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.





1. XUSTIFICACIÓN

Dende o día 14 de marzo do presente ano estamos vivenciando unha circunstancia excepcional derivada da pandemia mundial ocasionada pola COVID 19. Como consecuencia do estado de confinamento o ensino ofertado ao alumnado dende dita data foi de xeito telemático ata setembro deste curso, tanto alumnado como profesorado e resto do persoal do centro educativo viron interrompida a súa actividade cotiá e tiveron que adaptarse ás novas circunstancias.

A nivel emocional supuxo un reto para toda a sociedade, que viu limitadas as súas liberdades e cambiadas as súas rutinas moi significativamente dun día para o outro.

Falta de liberdade de movementos, de interacción social en situacións normais, privación da realización de actividades que formaban parte da vida... O reto de asimilar e aceptar 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 estas circunstancias excepcionais, 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.

2. CONTEXTUALIZACIÓN (CARACTERÍSTICAS DO ALUMNADO DO CENTRO)

O CEIP Ana María Diéguez é un centro dunha liña que acolle alumnado das etapas de Educación Infantil e de Educación Primaria, entre este alumnado inclúense nenos e nenas con NEAE de diversa índole como o TDAH, TEL, dislexia, altas capacidades intelectuais e outros con dificultades na comunicación e comprensión dos cambios que acontecen ao seu redor (TEA...)



3. EDUCACIÓN EMOCIONAL EN ALUMNOS 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 polas diferentes dificultades que poden estar 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.

4. 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 :



- 4.1. Acadar o benestar emocional do alumnado do Centro.
- 4.2. Por ao servizo do alumnado os recursos e estratexias necesarios para recoñecer e manexar as súas propias emocións.
- 4.3. Por ao servizo do alumnado os recursos e estratexias necesarios para recoñecer as emocións nos demais.
- 4.4. Aportar ao alumnado estratexias de autorregulación emocional.
- 4.5. Aportar ao alumnado as habilidades sociais necesarias para interactuar correctamente respectando as ideas, sentimentos e emocións dos compañeiros.
- 4.6. 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.

5. CONTIDOS

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

6. COMPETENCIAS A TRABALLAR

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

7. 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.

7.1. NA ETAPA DE 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 anos) (axuda a coñecer os sentimentos e a manexalos)
- “Las emociones de Nacho” , de Liesbet Slegers, ed. Edelvives (+ de 3 anos)
- “Así es mi corazón”de Jo Witek, ed. Bruño (album ilustrado para recoñecer sentimentos e emocións
- “El monstruo de colores”, de Anna Llenas, ed. Flamboyant (+ de 3 anos)
- “Emocionario”, VV.AA, ed Palabras Aladas (+ 7 anos)

2º Algúns vídeos interesantes para traballar as emocións:

No seguinte enlace do Blog do Departamento de Orientación están a disposición vídeos con recomendacións por idades:

<https://departamentorientacion2.blogspot.com/p/videos-educativos.html>

E tamén podemos traballar cos seguintes enlaces:

- https://www.youtube.com/watch?v=IMYbmKXK5NA&feature=emb_logo



- https://www.youtube.com/watch?time_continue=2&v=cvyxQq_BDzq&feature=emb_logo
- 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=4_6Cp043qQg
- <https://www.youtube.com/watch?v=OczEHXRU9WU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=5pUmAOTQqCg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=0xfd5VaoaWY>
- <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 títeres, bonecos para que os nenos interaccionen con eles.

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>



7.2. NA ETAPA DE EDUCACIÓN PRIMARIA

1º Traballar as emocións a través dos contos”:

- Un beso antes de desayunar. Raquel Díaz Reguera

<https://youtu.be/WGFMZzpiAms>

- Gustavito 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:

No seguinte enlace do Blog do Departamento de Orientación están a disposición vídeos con recomendacións por idades:

<https://departamentorientacion2.blogspot.com/p/videos-educativos.html>

Amizade

- Mi lado de la bufanda. Carmen Parets.

<https://youtu.be/y8bq63NqaF4>

- Monsterbox.

<https://youtu.be/DoLAoOkG5qY>

- Changing Batteries

https://youtu.be/O_yVo3YOfqQ

Empatía

- Chicken or The Egg.

<https://youtu.be/nfYPktsd9bs>

- Los pajaritos.

<https://youtu.be/BLxx59JLCCY>

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>

8. 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 este en concreto se percibe máis difícil de acadar dadas as circunstancias, e a obriga do cumprimento do protocolo Covid no centro.

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.
- ✓ Acadáronse os obxectivos propostos de non ser o caso plan de mellora.

O DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN ESTARÁ A DISPOSICIÓN PARA CALQUER TIPO DE ASESORAMENTO OU DESEÑO E/OU AMPLIACIÓN DE ACTIVIDADES POR CURSOS CONTANDO CO NIVEL CURRICULAR DE CADA GRUPO E DAS SÚAS CARACTERÍSTICAS.

