

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PROYECTO "LA TRISTEZA/ EL RECHAZO"

FINALIDAD DE LA ACTIVIDAD: Conocer algunas de las situaciones que nos producen tristeza, saber expresarla e intentar superarla.

DESARROLLO EN EL AULA:

1. Asambleas. Respondiendo a preguntas ¿cómo te sientes hoy? ¿y por qué?
2. Cuentos:
 - *Orejas de mariposa.* (rechazo)
 - *Por cuatro esquinitas de nada.* (rechazo)
 - *¿Soy realmente diferente?* (rechazo)
 - *Sacos de arena.* (tristeza)
3. Actividades a partir de estos cuentos: diálogos, dibujos, reflexión, dramatización...para empatizar con quien se siente triste o rechazado, buscando estrategias para dejar atrás la tristeza.
4. Enumerar películas, personajes, animales, colores... que parezcan tristes, razonando por qué lo parecen. (varias sesiones del mes de marzo)
5. Dibujos y pintar con colores que les produzcan tristeza. Los colores de la tristeza. Surge de la pregunta: ¿de qué color es la tristeza?
6. La actividad planificada para el Día de la Paz consistía en una carrera solidaria con la que recaudar fondos para los niños refugiados de Siria, por ello y en relación al tema, A través de imágenes de niños refugiados, comentamos cómo creíamos que se sentían, por qué y qué podíamos hacer nosotros para ayudar.
7. Dominó y tarjeta de las emociones. Cada día en las asambleas, se utilizan las tarjetas con cualidades y emociones opuestas y los alumnos tienen que reflexionar acerca de cuál de las dos les define más.
8. Dinámica de cohesión de grupo "La maleta" adaptada. Cada día 3 niños deberían traer al cole un objeto, una canción, una foto... que les ayuda a salir de la tristeza. Cada alumno debía de explicar qué había traído y por qué. Se dejó en clase durante dos semanas (segunda semana de abril)
9. Dinámica de cohesión de grupo: "El mundo de colores", reflexionando después sobre cómo nos sentimos cuando todos pertenecen a un grupo y alguien es rechazado.
10. Comparar entre dos objetos cuál les produce más tristeza.
11. Emocionómetro con todas las emociones de forma transversal. Y nos centramos en la tristeza y el rechazo de forma puntual cuando han surgido estas dos emociones.

ETIQUETAS:

- 1.-Educación Emocional.
- 2.-Autocontrol Vs. Impulsividad.
3. Empatizar.

MATERIALES NECESARIOS:

Tarjetas de las emociones
 Papel continuo, pinturas,...
 Gomets
 Emocionómetro

OBSERVACIONES:

En la etapa de infantil la emoción que se ha trabajado en más profundidad ha sido la tristeza. El rechazo se ha trabajado asociado a la tristeza que produce en el niño ser rechazado. Se ha trabajado, al entrar del recreo, en los momentos que surge...

VARIANTES:

En el emocionómetro se trabaja de forma transversal todas las emociones según van apareciendo. En el caso de 3 años, la forma de

12. Cajita de la tristeza. Dicha caja contiene dibujos con situaciones alegres que el alumnos puede coger para cambiar su expresión de triste a alegre.
13. Dramatización. Representación de palabras que les producen tristeza, y a continuación, representan su opuesta.
14. -Escucha de una canción que les hacen sentirse triste. (Por ejemplo: Claro de luna)



trabajarlo es más física. Los alumnos reconocen las emociones que están distribuidas por toda la clase y se mueven al lugar donde está representada la emoción que en ese momento sienten.