WP3 – ACTIVIDADES DEL KIT DE HERRAMIENTAS POWERPACK

Bienestar emocional: Detección de emociones

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

1. Información general

Dimensión del bienestar: Bienestar emocional.
Grupo de edad objetivo: 6-8 años (primeros grados de primaria).
Formato de la actividad: Actividad grupal interactiva (discusión, movimiento, dibujo).
Duración: 30-40 minutos.
Tamaño del grupo: 10-20 estudiantes.
Enfoque interdisciplinario: Aprendizaje socioemocional, lenguaje y comunicación, artes.

2. Objetivos de aprendizaje

- Los estudiantes mejorarán sus habilidades para identificar emociones básicas como la alegría, la tristeza, la ira, etc.
- Los alumnos podrán reconocer las emociones en sí mismos y en sus compañeros.
- Los estudiantes comprenderán que cada emoción es una reacción normal y que todos los sentimientos son aceptables.

3. Materiales necesarios

- Tarjetas/imágenes emotivas con expresiones faciales
- Papel A3/A2
- Lápices de dibujo/ceras/rotuladores

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

4. Etapas de implementación de la actividad

Paso 1: Introducción. El profesor reúne a todos los alumnos en círculo para dar una breve introducción al tema de las emociones y explicar de forma sencilla y comprensible qué son. Explica que las emociones existen en todas las personas y que no hay emociones "buenas" ni "malas".

Paso 2: Detective de emociones El profesor comienza mostrando las tarjetas de emociones una por una y hace las siguientes preguntas para cada tarjeta:

- ¿Qué emoción ves en la tarjeta?
- ¿Cómo puedes entender que este es el sentimiento?
- Sería bueno que los estudiantes intentaran imitar lo que ven en la tarjeta.

Paso 3: ¿Dónde se sienten las emociones?

El profesor les pide a los alumnos que le digan de dónde pueden provenir las emociones, como un nudo en el estómago, una sonrisa, palpitaciones, etc. Los alumnos pueden dibujar o expresar sus ideas verbalmente.

Paso 4: Dibujar emociones. Cada estudiante elige una emoción y dibuja una imagen de sí mismo sintiendo esa emoción. Los estudiantes pueden compartir su dibujo con sus compañeros.

Paso 5: Reflexión La actividad concluye con un breve ciclo de reflexión (igual que al principio) en el que se anima a los alumnos a compartir una emoción que hayan sentido durante el día.

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

5. Notas y consejos para los profesores

- Al explicar, utilice palabras sencillas que expresen emociones y un lenguaje claro.
- Acepta las respuestas de los estudiantes sin juzgarlas.
- Intenta conectar con ellos contándoles alguna emoción que hayas sentido durante el día, para animarlos a que hagan lo mismo.

6. Pregunta para la reflexión de los estudiantes

- ¿Cómo te sentiste durante esta actividad?
- ¿Qué emoción(es) fueron las más fáciles de identificar?
- ¿Qué puedes hacer cuando sientes una emoción muy intensa? Por ejemplo, cuando alguien se siente enojado, puede respirar profundamente varias veces para intentar calmarse.

7. Consejos para la adaptación de niños con necesidades especiales

Versión simplificada (Educación primaria / apoyo adicional):

- Utiliza menos tarjetas de emociones (2-3 emociones básicas).
- Si observa que un estudiante se siente más cómodo con respuestas no verbales (señalando algo en una tarjeta), fomente esta forma de expresión.
- Realiza la actividad en intervalos más cortos.

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

7. Tips for adapting children with special needs

Medium Edition (Middle primary grades / more independence):

- **Introduce slightly more complex emotion cards (e.g. surprise/disappointment).**
- **Ask students to share a moment when they felt a specific emotion and give them a chance to explain it.**

Adaptations for students with disabilities:

- **Use visual support and simple routines.**
- **Allow alternative methods of expression (e.g. drawing, emotion scales, gestures, etc.).**
- **Provide individual support, if needed.**
- **Do not pressure students to share personal stories and/or feelings.**

8. References (methodological approach)

Students are encouraged to learn through practical activities and to cultivate social and emotional learning skills, as well as their critical thinking/awareness (when they see an emotion and have to decide what that emotion suggests to a person).

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

Edición intermedia (grados intermedios de primaria / mayor independencia):

- Introduce tarjetas con emociones un poco más complejas (por ejemplo, sorpresa/decepción).
- Pida a los estudiantes que compartan un momento en el que hayan sentido una emoción específica y déles la oportunidad de explicarla.

Adaptaciones para estudiantes con discapacidades:

- Utilice apoyo visual y rutinas sencillas.
- Permitir métodos de expresión alternativos (por ejemplo, dibujos, escalas de emociones, gestos, etc.).
- Brindar apoyo individual, si es necesario.
- No presione a los estudiantes para que compartan historias o sentimientos personales.

8. Referencias (enfoque metodológico)

Se anima a los estudiantes a aprender mediante actividades prácticas y a cultivar habilidades de aprendizaje socioemocional, así como su pensamiento crítico/conciencia (cuando ven una emoción y tienen que decidir qué sugiere esa emoción a una persona).

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

CANALES DE REDES SOCIALES

Proyecto PowerPack

Proyectopower.pack

Proyecto PowerPack

CONSORCIO

iNqubator COORDINADOR

SOCIOS

ESPLAI SOCIAL

BeTrained Academy

JÓZSEF ATTILA ÁLTALÁNOS ISKOLA CSÍKSZEREDA

SCHOOL'S COOL FRIESLAND

CC BY NC SA

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

Versión más fácil

Feliz

Triste

Enojado

Cansado

Asustado

Sorprendido

Orgulloso

Herir

Amado

Tímido

Versión mediana

Confundido

no cooperativo

Entusiasmado

Estoy aburrido.

Ansioso

Seguro

Solitario

Decepcionado

Somnoliento

Decepcionado

Adaptaciones para estudiantes con necesidades especiales

Te sientes muy enfadado porque alguien te ha quitado tu juguete.

Te sientes triste porque tu amigo está ausente.

Sientes miedo durante una tormenta.

Te sientes muy emocionado/a por tu cumpleaños.

Te sientes frustrado porque algo es difícil.

Te sientes avergonzado después de cometer un error.

Te sientes orgulloso después de terminar tus deberes.

Te sientes nervioso el primer día de clases.

Un amigo parece triste pero dice: "Estoy bien".

Te sientes muy enojado porque alguien no te escucha.