

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

<b>1. DATOS IDENTIFICATIVOS</b>			
Titulo	<b>En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente</b>		
Etapa	<b>Primaria</b>	Ciclo	<b>Segundo ciclo (segundo curso)</b>
Áreas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Crecimiento en Armonía</b></li> <li>• <b>Descubrimiento y Exploración del Entorno</b></li> <li>• <b>Comunicación y Representación de la Realidad</b></li> </ul>		
Descripción y finalidad de los aprendizajes	<p>¿Qué es de una sociedad sin empatía, capacidad de diálogo, gestión emocional, etc.? ¿Por qué existen cada vez más problemas de salud mental, en general, y en los menores, en concreto? El ser humano siente y es social por naturaleza, pero ¿sabemos realmente identificar cómo nos sentimos? ¿Sabemos cómo afrontar aquellas situaciones en las que reaccionamos con el impulso instintivo? ¿Sabemos cómo comunicarnos y relacionarnos de manera asertiva?</p> <p>Partiendo de estas reflexiones, se ha diseñado esta situación de aprendizaje que tiene como principales objetivos la alfabetización emocional, autorregulación y habilidades socio-comunicativas. Todo ello, conectado con los retos de la educación del siglo XXI, y más específicamente con el Objetivo de Salud y Bienestar 3 de la Agenda 2030, el cual hace alusión a la prevención, el tratamiento, y la promoción la salud mental y el bienestar.</p> <p>De esta forma, la finalidad de esta situación de aprendizaje es continuar dando el papel que se merece a la educación emocional dentro del desarrollo curricular. A través de un entorno seguro, comprensivo y de respeto, los menores adquieran la habilidad para gestionar eficazmente</p>		

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

	<p>las emociones propias y ajenas para, así, experimentar una conducta e interacciones más adaptativas.</p> <p>A través de la diversidad de juegos, técnicas de relajación y dinámicas propuestas, utilizando recursos variados, podrán ir poniendo nombre a sus emociones, interiorizando herramientas de autorregulación y alcanzar la capacidad de mediar y resolver los diferentes conflictos que vayan surgiendo en el día a día.</p>
Temporalización	<p>Se propone para el <b>tercer trimestre</b> del curso escolar, con una duración de <b>5 procesos</b>, conformados aproximadamente por <b>20 sesiones</b>.</p>

## 2. CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES

Competencias clave	<p>Competencia en comunicación lingüística.</p> <p>Competencia personal, social y de aprender a aprender.</p> <p>Competencia ciudadana.</p>
Objetivos de etapa	C, d, e, h.
Áreas	Competencias específicas

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

Crecimiento en Armonía	2. Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones, expresando necesidades y sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva.	4. Establecer interacciones sociales en condiciones de igualdad, valorando la importancia de la amistad, el respeto y la empatía, para construir su propia identidad basada en valores democráticos y de respeto a los derechos humanos.
Descubrimiento y Exploración del Entorno	2. Desarrollar, de manera progresiva, los procedimientos del método científico y las destrezas del pensamiento computacional, a través de procesos de observación y manipulación de objetos, para iniciarse en la interpretación del entorno y responder de forma creativa a las situaciones y retos que se le plantean.	
Comunicación y Representación de la Realidad	1. Manifestar interés por interactuar en situaciones cotidianas a través de la exploración y el uso de su repertorio comunicativo, para expresar sus necesidades e intenciones y responder a las exigencias del entorno.	3. Producir mensajes de manera eficaz, personal y creativa, utilizando diferentes lenguajes, descubriendo los códigos de cada uno de ellos y explorando sus posibilidades expresivas, para responder a diferentes necesidades comunicativas. 4. Participar por iniciativa propia en actividades relacionadas con textos escritos, mostrando interés y curiosidad, para comprender su funcionalidad y algunas de sus características.
Áreas	Criterios de evaluación	Saberes básicos

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

<p>Crecimiento en Armonía</p>	<p>2.1 Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos, ajustando progresivamente el control de sus emociones.</p> <p>2.2 Ofrecer y pedir ayuda en situaciones cotidianas, valorando los beneficios de la cooperación y la ayuda entre iguales.</p> <p>2.3 Expresar inquietudes, gustos y preferencias, mostrando satisfacción y seguridad sobre los logros conseguidos.</p> <p>4.1 Participar con iniciativa en juegos y actividades colectivas relacionándose con otras personas con actitudes de afecto y de empatía, respetando los distintos ritmos individuales y evitando todo tipo de discriminación.</p> <p>4.3 Participar activamente en actividades relacionadas con la reflexión sobre las normas sociales que regulan la convivencia y promueven valores como el respeto a la diversidad, el trato no discriminatorio hacia las</p>	<p><b>B. Desarrollo y equilibrio afectivo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas para la identificación, expresión, aceptación y control progresivo de las propias emociones, sentimientos, vivencias, preferencias e intereses.</li> <li>- Estrategias de ayuda y cooperación en contextos de juego y rutinas.</li> </ul> <p><b>D. Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades socioafectivas y de convivencia: comunicación de sentimientos y emociones y pautas básicas de convivencia, que incluyan el respeto a la igualdad de género y el rechazo a cualquier tipo de discriminación.</li> <li>- Estrategias de autorregulación de la conducta. Empatía y respeto</li> <li>- Resolución de conflictos surgidos en interacciones con los otros</li> </ul>
-------------------------------	--	--

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

	<p>personas con discapacidad y la igualdad de género.</p> <p>4.4 Desarrollar destrezas y habilidades para la gestión de conflictos de forma positiva, proponiendo alternativas creativas y teniendo en cuenta el criterio de otras personas.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- La amistad como elemento protector, de prevención de la violencia y de desarrollo de la cultura de la paz.</li><li>- Fórmulas de cortesía e interacción social positiva. Actitud de ayuda y cooperación.</li><li>- La respuesta empática a la diversidad debida a distintas formas de discapacidad y a sus implicaciones en la vida cotidiana.</li></ul>
--	--	--

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

<p>Descubrimiento y Exploración del Entorno</p>	<p>2.1 Gestionar situaciones, dificultades, retos o problemas mediante la planificación de secuencias de actividades, la manifestación de interés e iniciativa y la cooperación con sus iguales.</p> <p>2.2 Canalizar progresivamente la frustración ante las dificultades o problemas mediante la aplicación de diferentes estrategias.</p> <p>2.5 Programar secuencias de acciones o instrucciones para la resolución de tareas analógicas o digitales, desarrollando habilidades básicas de pensamiento computacional.</p>	<p><b>B. Experimentación en el entorno.</b></p> <p><b>Curiosidad, pensamiento científico y creatividad</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategias de construcción de nuevos conocimientos: relaciones y conexiones entre lo conocido y lo novedoso, y entre experiencias previas y nuevas; andamiaje e interacciones de calidad con las personas adultas, con iguales y con el entorno.</li> <li>- Estrategias de planificación, organización o autorregulación de tareas. Iniciativa en la búsqueda de acuerdos o consensos en la toma de decisiones</li> </ul>
---	---	--

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

<p>Comunicación y Representación de la Realidad</p>	<p>1.1 Participar de manera activa, espontánea y respetuosa con las diferencias individuales en situaciones comunicativas de progresiva complejidad, en función de su desarrollo individual.</p> <p>3.2 Utilizar el lenguaje oral como instrumento regulador de la acción en las interacciones con los demás con seguridad y confianza</p> <p>3.4 Elaborar creaciones plásticas, explorando y utilizando materiales y técnicas y participando activamente en el trabajo en grupo cuando se precise.</p> <p>3.5 Interpretar propuestas dramáticas y musicales, utilizando y explorando diferentes instrumentos, recursos o técnicas</p> <p>4.1 Mostrar interés por comunicarse a través de códigos escritos, convencionales o no, valorando su función comunicativa.</p>	<p><b>A. Intención e interacciones comunicativas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repertorio comunicativo y elementos de comunicación no verbal</li> <li>- Comunicación interpersonal: empatía y asertividad.</li> <li>- Convenciones sociales del intercambio lingüístico en situaciones comunicativas que potencien el respeto y la igualdad: atención, escucha activa, turnos de diálogo y alternancia.</li> </ul> <p><b>C. Comunicación verbal oral: expresión, comprensión y diálogo.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El lenguaje oral en situaciones cotidianas: conversaciones, juegos de interacción social y expresión de vivencias.</li> <li>- Intención comunicativa de los mensajes.</li> <li>- Verbalización de la secuencia de acciones en una acción planificada</li> </ul> <p><b>D. Aproximación al lenguaje escrito</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Intención comunicativa y acercamiento a las principales características textuales y</li> </ul>
---	---	---

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

		<p>paratextuales. Primeras hipótesis para la interpretación y comprensión.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Otros códigos de representación gráfica: imágenes. Símbolos, números</li></ul> <p><b>G. El lenguaje y la expresión plásticos y visuales</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Manifestaciones plásticas variadas. Otras manifestaciones artísticas</li></ul> <p><b>H. El lenguaje y la expresión corporales</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Juegos de expresión corporal y dramática.</li></ul>
--	--	--



«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

### 3. METODOLOGÍA

<p>Métodos, técnicas, estrategias didácticas y modelos pedagógicos</p>	<p> <input type="checkbox"/> Aprendizaje basado en el pensamiento.  <input checked="" type="checkbox"/> Aprendizaje basado en problemas.  <input type="checkbox"/> Aprendizaje basado en proyectos.  <input type="checkbox"/> Aprendizaje cooperativo.  <input type="checkbox"/> Aprendizaje-servicio.  <input type="checkbox"/> Clase invertida (<i>Flipped Classroom</i>).  <input type="checkbox"/> Gamificación.  <input type="checkbox"/> Pensamiento de diseño (<i>Design Thinking</i>).         </p> <p> <input checked="" type="checkbox"/> Técnicas y dinámicas de grupo  <input checked="" type="checkbox"/> Otros: Metodología activa y aprendizaje basado en el juego.         </p>
--	---

### 4. SECUENCIACIÓN COMPETENCIAL

<p><b>Proceso 1: Nuestras emociones</b></p> <p><b>Sesión 1 Especialistas en inteligencia emocional</b></p> <p>Esta situación de aprendizaje comienza porque comenzamos a darnos cuenta de que se están produciendo muchos conflictos en el patio, como problemas a la hora de compartir los juguetes y seguir las normas de los juegos. Ante esta situación, nos</p>	<p><b>Recursos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartón o similar.</li> <li>• Fotografías alumnado.</li> <li>• Velcro.</li> </ul>
--	---

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

marcamos como reto la resolución de conflictos de manera pacífica, utilizando el diálogo como medio de conciliación y entendimiento; aprendiendo a identificar nuestras emociones y sentimientos. Por tanto, inicialmente nos enfocamos en la identificación de nuestras emociones y la de los y las demás. Nos marcamos como reto la resolución de conflictos de manera pacífica, utilizando el diálogo como medio de conciliación y entendimiento; aprendiendo a identificar nuestras emociones y sentimientos.

Empezamos con un juego interactivo para identificar las emociones en las expresiones faciales de varias imágenes.

## **Sesión 2 El mundo de las emociones**

En esta primera actividad vamos a repartir pequeños espejos individuales. Primero iremos diciendo el nombre de la emoción y tendremos que representarla facialmente delante del espejo y observar qué cambios se han producido en nuestras facciones. Esta será pintada en una hoja que repartiremos a modo de emocionario personal.

Una vez abarcadas las emociones más básicas y comentado qué hemos notado frente al espejo, iremos enunciando frases cortas sobre situaciones que provoquen una emoción en concreto con el objetivo de representar la emoción que nos suscita facialmente frente al espejo.

- Cartulinas.
- Palabras escritas y plastificadas en papel.
- Cuento.
- Pinturas de colores y lápices.
- Imágenes / Pictogramas.
- Espejo individual.
- Ficha con huecos para representar las emociones
- Dados con emojis.
- Mi emocionario.
- Diario de conflictos.

### **Productos evaluables:**

- Coloquio en asamblea.
- Expresión facial.
- Libro juego.

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

Jugaremos por parejas al juego «El espejo». Este consiste en, por parejas, representar una emoción y el compañero o compañera que está situado de frente tendrá que imitarla.

Posteriormente, pasaremos todo ello al lenguaje de los emojis. Empleando un dado en el que, en cada cara, haya representada una emoción a través de un emoji. De manera individual o por equipos de tres o de mesa, iremos tirando el dado para ver cuál nos toca. Tras ello, tendremos que dibujar el emoji y escribir la palabra correspondiente a esa emoción.

### **Sesión 3 El libro de las emociones**

De manera que sea un recurso accesible en cualquier momento que se precise y este proyecto de conciencia emocional tenga continuidad, en esta sesión vamos a crear «El libro de emociones» de la clase de 4 años.

Primero, reutilizando un cartón o cualquier otro material que sirva de panel o libro, lo adecuaremos para el siguiente recurso. Usando el fondo blanco, iremos haciendo fotos de los alumnos y alumnas representando la emoción que les corresponda. Una vez hechas, impresas y plastificadas, las dispondremos con velcro en el panel. Por otro lado, escribiremos en diferentes papeles los nombres de las emociones, los plastificaremos, cortaremos y situaremos con velcro al lado de la emoción que le corresponde. De esta

- Diario de conflictos.

#### **Instrumentos y técnicas de evaluación:**

- Instrumentos:
  - Rúbrica y escala de valoración.
- Técnicas:
  - Observación sistemática.
  - Análisis de las respuestas.
  - Análisis de los productos finales.
  - Análisis de los resultados de los juegos interactivos.

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

manera tendremos un libro-juego con el que practicar la identificación de cada emoción y la asociación imagen-grafía, el cual estará disponible en rincón de la calma (espacio que se creará de forma paralela).

Aprovechando estas fotos, construiremos un juego de cartas al estilo *memory*, para jugar en el rincón. También, practicaremos con imágenes interactivas.

#### **Sesión 4 Mientras tanto...**

Crearemos un espacio en el aula «el rincón de la calma», donde dispondremos de todos los recursos que vayamos creando a lo largo de la situación de aprendizaje. De manera paralela, cada vez que haya un conflicto dentro del aula o durante el patio se recogerá en el «diario de conflictos». En él se anotará, de manera grupal, cuál ha sido el conflicto, el desencadenante, si se ha solucionado o no y, de ser así, cómo.

#### **Proceso 2: Aprendemos a controlar nuestras emociones**

#### **Sesión 5 ¿Sabemos relajarnos?**

En esta sesión vamos a aprender diferentes técnicas para aprender a relajarnos. Primero durante la asamblea leeremos «El cuento de la tortuga». Tras ello, nos

#### **Recursos:**

- Botes.
- Indicaciones para la creación de los botes.

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

preguntaremos: ¿qué hacemos cuando sentimos rabia o enfado?; después, reflexionaremos sobre las conclusiones que obtenemos de la historia:

- ¿Qué le pasaba a la tortuga protagonista?
- ¿Qué le propone la tortuga anciana?
- ¿En qué momentos nos sentimos así nosotros?
- ¿Cómo podemos hacer para parecernos a la tortuga?

Una vez nos sentimos identificados con la tortuga, pasaremos a explicar la técnica de autocontrol emocional en cuestión, y la practicaremos varias veces de manera grupal. Por grupos y repartiendo las tareas, escribiremos en una cartulina las fases a seguir para llevar a cabo esta técnica a modo de instrucciones, acompañadas de apoyo visual. Esto posteriormente pasará a formar parte del rincón de la calma.

A lo largo de la situación de aprendizaje, vamos a ir aprendiendo otras técnicas, para aprender a gestionar nuestras emociones, con el objetivo de ampliar los recursos de autocontrol y autoconocimiento:

- El abrazo de la mariposa.
- La atención de la rana.
- Mindfulness.
- Meditación con cinco dedos.

- Diferentes materiales sensoriales.
- La técnica de la tortuga.
- Imágenes.
- Carteles.
- Recurso audiovisual.
- Posturas de yoga.
- Esterillas.
- Cajas reutilizadas.
- Fotos.
- Nota a las familias.
- Objetos que transmitan tranquilidad.
- Pegatinas, colores, goma EVA, etc., para decorar.

**Sesión 6 Mejoramos el rincón de la calma**

**Productos evaluables:**

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

Continuamos trabajando en nuestro rincón de la calma. Primero, durante la asamblea retomamos el tema sobre qué les aporta calma o qué les ayuda a relajarse cuando sienten enfado o rabia. Por ello, crearemos botes sensoriales para calmarnos, dividiremos la clase en equipos y repartiremos las tareas (creación de botes sensoriales con diferentes materiales, elaboración de los carteles, decoración del rincón con imágenes, etc.).

### **Sesión 7 Unimos espíritu, físico y mente**

Esta sesión será dedicada a practicar yoga infantil. Para desarrollar esta actividad tenemos una variedad de posturas, las cuales iremos aprendiendo poco a poco. Cogemos nuestra esterilla y, con la música adecuada, nos disponemos a aprender esta disciplina. Por otro lado, para impartir la clase tenemos una variedad de opciones, tales como: si entre los familiares hay alguien que se dedique a ello, puede ser quien imparta la sesión; hablar con alguna academia de la zona que quiera asistir al centro; aprovechar los recursos audiovisuales de internet o utilizar las cartas lúdicas que existen en diferentes formatos, entre otras.

### **Sesión 8 Un viaje a la tranquilidad**

- Verbalización del alumnado.
- Material decorativo.
- El bote de las emociones.
- Imitación de las técnicas de relajación.

#### **Instrumentos y técnicas de evaluación:**

- Instrumentos:
  - Rúbrica y escala de valoración.
- Técnicas:
  - Observación sistemática.
  - Análisis de los productos finales.

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

Vamos a continuar creando recursos para nuestro rincón de la calma. En esta ocasión será nuestra maleta de la tranquilidad. Para ello, previamente habremos mandado una nota a casa pidiendo dos o tres objetos, fotos o elementos que les transmitan tranquilidad al alumnado. Ya en el aula, en la zona de trabajo, decoraremos nuestras cajas reutilizadas y las llenaremos con nuestros objetos autorreguladores. Una vez finalizadas las maletas de la tranquilidad se dispondrán en un espacio del rincón, siendo este recurso de carácter individual.

### **Proceso 3: Aprendemos a comunicar nuestras emociones**

#### **Sesión 9 El puente**

Esta sesión la comenzaremos proyectando el cortometraje titulado «El puente». Durante su reproducción lo iremos parando de manera que vayamos haciendo conjeturas y debatiendo sobre posibles soluciones a los problemas que se van planteando. Una vez terminado hablaremos sobre la actitud y comportamiento de cada personaje y si ha actuado correctamente o, por el contrario, podría mejorar y cómo. En esta sesión trabajaremos el objetivo de identificar si una situación es correcta o no. Para ello, repartiremos dos caras (una de color verde y cara contenta y otra de color rojo con cara triste) las cuales deberán de elegir según lo que les produzca la situación

#### **Recursos:**

- Caras de evaluación.
- Situaciones a evaluar.
- Historias a analizar.
- Imágenes.
- Plantilla cómic.
- Ficha para dibujar mis emociones.
- Cuentos o vídeos.
- Plantillas gafas.
- Infografía.

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

que presentemos por medio de tarjetas y lo que consideren sobre ella. Tras cada situación debatiremos sobre por qué es así y, en el caso de que sea una situación negativa, qué habría que hacer para cambiarla.

### **Sesión 10 Hablamos con el cuerpo**

Una emoción no solo puede ser expresada por medio del lenguaje oral, sino también por el no verbal. Este es el objetivo de esta sesión. Para ello, en el gimnasio o sala de psicomotricidad, jugamos al juego de las estatuas, en el que, antes de poner la música, daremos una instrucción, como, por ejemplo: andar muy tristes, correr muy alegres, llamar a la puerta enfadado, etc. Al sonar la melodía, nos desplazamos por el espacio representando tal indicación. Cuando pare de sonar la canción deberemos quedarnos quietos hasta que se dé otra instrucción y repetir la misma dinámica.

Siguiendo con la expresión a través de la música, en esta segunda tarea, reproduciremos melodías variadas que susciten emociones diversas, como las estaciones de Vivaldi, por ejemplo. Tendremos que desplazarnos por la sala expresando con el cuerpo y movimiento lo que le provoca tal canción. Posteriormente, nos sentaremos y dialogaremos sobre cómo nos hemos sentido y cómo lo hemos reflejado con nuestro cuerpo. Aprovechando que estamos sentados en círculo, individualmente, iremos saliendo a representar una emoción, la cual deberá adivinar el resto de la clase.

- Mural.

#### **Productos evaluables:**

- Verbalización del alumnado.
- Dibujos.

#### **Instrumentos y técnicas de evaluación:**

- Instrumentos:
  - Rúbrica y escala de valoración.
- Técnicas.
  - Observación sistemática.
  - Análisis de los productos finales.



«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

Para finalizar la sesión, con el fin de concienciar de la importancia de escuchar activamente y de no creernos cualquier cosa que nos dicen y más cuando no lo hemos visto ni escuchado en primera persona, vamos a jugar al conocido juego del teléfono escacharrado. Vamos a plantear dos dinámicas. En primer lugar, lo practicaremos con el cuerpo. Haremos rondas en las que un número concreto de niños y niñas (por ejemplo, cinco) se dispondrán de pie en fila, dándose la espalda de manera que no se vean. El juego empezará con la primera persona de la fila haciendo un movimiento delante de la segunda. Esta hará que se gire el tercero y repetirá el movimiento y así sucesivamente hasta que la última persona represente el movimiento supuestamente inicial. Haremos varias rondas de manera que participe toda la clase.

En la segunda, nos sentaremos en el suelo formando un círculo. Quien empiece dirá una frase corta al de la derecha, quien tendrá que pasar el mensaje al de al lado y así sucesivamente hasta que vuelva al inicio.

Tras unas rondas de este juego, permaneciendo en la misma disposición debatiremos sobre lo que ha pasado en ambos juegos y las conclusiones a las que llegamos.

### **Sesión 11 Identificamos**

En esta sesión vamos a trabajar diferentes emociones; mostraremos una única imagen, dialogaremos y compartimos la emoción que nos surge al verla. Utilizamos expresiones como: me produce alegría..., me produce tristeza..., me enfado cuando...

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

Seguidamente pasamos a presentar historias sociales de nuestro día a día; primero debemos observar, analizar y debatir, mediante las preguntas que vayamos haciendo, qué creen que ha pasado, cómo creen que se siente el personaje, etc.

Finalmente, para acabar, damos una ficha con viñetas en blanco para que creen a modo de cómic su propia historia social sobre la emoción que quieran.

### **Sesión 12 Pop art**

Hemos visto cómo expresar emociones a través del lenguaje verbal, no verbal, pero ¿y el artístico? Para la primera tarea de esta sesión, aprovechamos la disposición del aula en equipos para presentar una serie de fotografías (podemos ir desde lo más abstracto o lejano a su realidad como puede ser un cuadro de artistas tradicionales hasta lo más cercano como puede ser una foto sencilla en la que se vea claramente la emoción que expresa, o viceversa). El objetivo es que cada grupo dialogue y decida qué emoción le produce la imagen que está viendo y qué nombre le daría.

Después, nos convertimos en artistas por un día. O bien con la misma fotografía o con otras que representen emociones de manera más directa, repartimos una copia individualmente. Explicamos que vamos a crear un *pop art*, acompañado de una imagen proyectada como ejemplo.

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

### **Sesión 13 Arte terapéutico**

Continuando con la expresión artística y con la ampliación de nuestras técnicas de autorregulación conocidas, destinamos esta sesión a conocer las herramientas del arte terapia. Para ello, proporcionamos una infografía en la que habrá un recuadro para dibujar lo que a continuación vamos a decir y otro con la pauta correspondiente para escribir para qué emoción o situación sirve. Es decir, si sientes cansancio, dibujamos flores; si sientes enfado, dibujamos líneas; si sientes tristeza, dibujamos un arcoíris, y si sientes bloqueo, dibujamos espirales. De esta manera, habremos creado un recurso individual que meteremos en el espacio correspondiente del rincón de la calma y al que podrán recurrir cada vez que lo necesiten a modo de recordatorio y guía para aplicar esta técnica en un momento dado.

### **Sesión 14 Resolución de conflictos**

Ahora que ya hemos trabajado de manera centralizada la expresión de nuestras emociones y la percepción de la de los y las demás, vamos a ir avanzando en nuestro objetivo hacia la capacidad para resolver conflictos de la manera más autónoma posible. Para ayudarnos a resolver los pequeños conflictos que se dan en el aula, creamos un espacio para la comunicación en el rincón de la calma. Colocamos en

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

nuestro rincón dos sillas, una para quien habla y otra para quien escucha. Cuando surja un conflicto, nos sentamos en ambas sillas, y, con nuestro diario de conflictos ya completado, proponemos una situación de las anotadas en él. Quien esté sentado en la silla-boca tendrá el turno para expresar cómo se siente ante la situación mostrada. Mientras que quien esté sentado en la silla-oreja escuchará atentamente. Después, se intercambian posiciones y roles. Si es un conflicto que aún no se ha solucionado, habrá un segundo turno de palabra en el que el primer estudiante vuelve a la silla-boca para comunicar qué puede hacer para solucionarlo. Una vez más, se intercambian posiciones y los roles. Finalmente, ambos deben estar de acuerdo con la solución propuesta.

Acabamos la dinámica visualizando el cuento «Siete ratones ciegos» de Ed Young, cuyas ilustraciones nos llevan a la conclusión de que, ante una misma situación o problema, cada persona tiene una perspectiva diferente y esta es igual de válida y respetable que la nuestra. Ante de finalizar haremos una pequeña reflexión con las siguientes preguntas:

- ¿Te ha gustado el cuento?
- ¿Quién crees que tiene razón?
- ¿Pensamos todos y todas igual?
- ¿Es importante escuchar a los y las demás?

### **Sesión 15 Cuestión de perspectiva**

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

Siguiendo en una línea parecida a la sesión anterior, en la importancia del mensaje, vamos a centrarnos en esta sesión en la importancia de cómo decir las cosas y afrontarlas. En primer lugar, jugamos al juego de las gafas positivas. Para ello, previamente habremos creado unas gafas con una plantilla que recortaremos y en la que pegaremos papel celofán de colores. El juego consiste en pedir a los niños y a las niñas que se pongan las gafas y, mientras las llevan puestas, digan cualidades o aspectos positivos del compañero o compañera que les haya tocado y, cuando se las quiten, deberán decir de manera respetuosa algún aspecto que les guste menos o que les gustaría que mejorase esa persona, siempre evitando que sean comentarios relativos al aspecto físico.

### **Sesión 16 ¿Necesitas ayuda?**

Como enlace entre procesos, trabajaremos la importancia y relevancia que tiene el saber que se puede pedir ayuda siempre que se necesite, en este caso, para la resolución de problemas y búsqueda de soluciones.

Reflexionamos sobre lo bonito y divertido que es ayudar a los y las demás y lo positivo que resulta pedir ayuda cuando se necesita, con el cuento «Nadarín» de Leo Lionni.

- ¿Qué les ocurrió a los peces rojos?

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

- ¿Cómo se sintió Nadarín?
- ¿Qué le hizo sentirse mejor?
- Cuando encontró a peces como él, ¿qué les enseñó?
- ¿Crees que es importante ayudar a los y las demás?

Para finalizar, vamos a versionar una canción popular, cambiando la letra por:

Tengo un problema  
pero tenemos la solución,  
busca, busca, busca,  
que te ayuda esta canción.

Para poder jugar, primero una persona debe salir de la clase; mientras, los y las demás esconden un objeto seleccionado en gran grupo previamente. Cuando vuelva a entrar le explicamos que algo ha desaparecido y que debe encontrarlo con nuestra ayuda.

¿Cómo? Cuando se encuentre lejos del objeto, cantaremos la canción de manera suave e iremos subiendo el tono según el nivel de proximidad al objeto. Una vez encontrado, se deberá de dar las gracias al grupo por la ayuda.

### **Sesión 17 El mural informativo**

En esta sesión vamos a volver a nuestra parte más creativa para crear los murales de la clase en la que recojamos de manera sintetizada lo que hemos aprendido sobre

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

cómo podemos expresar nuestras emociones, cómo debemos comunicarnos con los y las demás; así como la lista de pautas para la adecuada resolución de conflictos a modo de autoinstrucciones.

Organizamos la información de todo lo que hemos aprendido a lo largo de esta situación de aprendizaje.

- Repartimos las tareas.
- Utilizamos distintos materiales.
- Ponemos todo el trabajo en común.

En esto no solo emplearemos el lenguaje escrito, sino que podremos acompañarlo con imágenes o cualquier otro apoyo visual.

#### **Proceso 4: ¡Mediar por los y las demás!**

##### **Sesión 18 Volvemos al rincón de la calma**

Volvemos al rincón de la calma; usando la silla de la boca y la de la oreja, introducimos el papel del mediador y mediadora a través de unas preguntas. Repasamos las normas de cortesía, turnos de palabra, escucha activa, etc., y planteamos las siguientes preguntas:

- ¿Qué ha pasado?
- ¿Cómo te has sentido?

#### **Recursos:**

- Cuentos o vídeos.
- Medallas.

#### **Productos evaluables:**

- Verbalización del alumnado.
- Juego interactivo.

«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué puedes hacer para solucionarlo?</li> <li>• ¿Cuál es nuestro acuerdo?</li> <li>• ¿Qué has aprendido?</li> </ul> <p>Con el objetivo de que, por medio de la práctica y la observación, aprendan a mediar de cara a un futuro, en la medida de lo posible, cuando alguien comunique su postura y responda a las preguntas intentamos que prime el mensaje del «yo» en vez del «tú» y la validación emocional a la hora de responder al alegato del compañero o compañera, tal y como habremos practicado en dinámicas anteriores.</p> <p>Practicamos haciendo una selección de aquellos cuentos acordes a la edad y adaptándolos a la dinámica de clase; practicamos la resolución de conflictos por medio de las historias recogidas en «Cuentos de mediación: y colorín colorado, este cuento se ha mediado», en cuya creación participan diferentes autores. En función del cuento que elijamos para ver, en la reflexión, realizamos preguntas acordes a lo trabajado.</p> <p>Para finalizar, en gran grupo jugamos a un juego interactivo, en el cual debemos decir si las acciones que vemos son correctas o no.</p>	<p><b>Instrumentos de evaluación:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Instrumentos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Rúbrica y escala de valoración.</li> </ul> </li> <li>• Técnicas:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Observación sistemática.</li> <li>○ Análisis de las conclusiones finales.</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>Proceso 5: ¡La patrulla de convivencia!</b></p> <p><b>Sesión 19 La patrulla</b></p>	<p><b>Recursos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego «La oca de las emociones».</li> </ul>



«En los ojos y en la frente, leemos lo que se siente»

Para finalizar, y asegurar la adquisición de los aprendizajes, jugamos en gran grupo al juego de «La oca de las emociones» en Genially, el cual recoge todo lo trabajado hasta el momento.

Y ahora que ya hemos visto dentro de clase cómo enfrentarnos de manera adecuada y respetuosa a una situación de conflicto, es momento de poner todo en práctica en situaciones reales, del día a día, por lo que como clase pasamos a formar parte de ¡la patrulla de convivencia! Cada vez que haya un conflicto recurriremos a los recursos y técnicas creados a lo largo del proyecto tales como:

- El rincón de la calma.
- Técnica del mediador o mediadora.
- El diario de conflictos.
- Técnicas de relajación.

**Productos evaluables:**

- Verbalización del alumnado.
- Juego interactivo.

**Instrumentos y técnicas de evaluación:**

- Instrumentos:
  - Rúbrica y escala de valoración.
- Técnicas:
  - Observación sistemática.
  - Análisis de los resultados del juego.