

# Infantil

## ACTIVIDADES DE SEGUIMIENTO

### Objetivo general de las actividades de seguimiento en Educación Infantil:

Fortalezas que trabajar (“Vacunas emocionales”): En este documento se ha priorizado el desarrollo de la conciencia emocional, la autorregulación y la autoestima. Se proponen varias actividades por cada bloque para que el docente determine cuál es la que se adecúa más a las necesidades de su grupo, siendo posible, si el grupo lo precisa, realizarlas todas.

**Advertencia:** En el momento de realizar estas actividades se contemplarán las medidas sanitarias establecidas para la fase de desescalada en que se encuentre cada municipio: distancia social, lavado de manos, uso de material individual, mascarilla...

## A. ACTIVIDADES DIRIGIDAS A FOMENTAR LA CONCIENCIA EMOCIONAL

### ACTIVIDAD 1: “Panel emocional”

#### OBJETIVO

Actividad para identificar, expresar, reconocer y respetar emociones propias y ajenas.

#### DESARROLLO

- El maestro/a crea un panel con las emociones que va a trabajar su alumnado. En un primer momento, para familiarizarse con el panel, proponemos un juego: Se ponen en una bolsa distintas fichas con los emoticonos o dibujos de las emociones.
- A continuación, el maestro/a escoge una ficha de esa caja, que se la enseñará al alumno/a y que solo podrá ver él/ella. El alumno tratará de expresar con lenguaje no verbal la emoción que le ha salido, y los demás tendrán que adivinarla.
- Esta actividad de adivinar la emoción se repetirá con varios alumnos.
- Una vez identificadas todas las emociones, cada alumno/a conecta con la emoción que experimenta en ese momento y coloca su foto en el lugar correspondiente de la emoción contemplada en el panel, pudiéndose cambiar a lo largo del día si la emoción ha cambiado también.
- Hay que dar un tiempo diario para hablar de estos estados emocionales, sobre todo si han existido cambios a lo largo del día.
- El panel debe colocarse en un lugar preferente del aula (ej: al entrar en la clase).
- Comenzamos con las cuatro emociones básicas (miedo, tristeza, rabia, alegría), y según el nivel madurativo del alumnado podemos añadir la sorpresa y asco- rechazo.

#### Versión alternativa:

- Otra versión para el panel: Utilizar pinzas y tiras de papel, donde las tiras van debajo de cada emoción. Los alumnos/as sitúan la pinza con su nombre o su foto en la emoción correspondiente.
- La alternativa para el juego inicial, siempre y cuando las instrucciones sanitarias nos lo permitan, consiste en pegar en las caras de un dado grande las emociones que estamos trabajando, si quedara alguna cara libre podemos repetir una emoción o poner en ella el mensaje “Vuelve a tirar”.

#### TIEMPO

Al comienzo de la mañana, después del recreo o antes de ir a casa. 10 minutos.

#### MATERIAL Y RECURSOS

- Mural con los pictogramas.
- Fotos de los alumnos/as.
- Velcro para pegar.