

# Primaria

## ACTIVIDADES DE SEGUIMIENTO

### **Objetivo general de las actividades de seguimiento en Educación Primaria:**

En este documento se ha priorizado el desarrollo de la conciencia emocional, la autorregulación, la autoestima y la cohesión grupal. Se proponen dos 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 propio, mascarilla...

## A. ACTIVIDADES DIRIGIDAS A FOMENTAR LA CONCIENCIA EMOCIONAL

**Objetivo de estas actividades:** Identificar, expresar y respetar las emociones propias y las de otros.

### ACTIVIDAD 1: “Dónde coloco mis emociones”

#### DESARROLLO

- Se hace la silueta del cuerpo humano en papel continuo y se le pregunta a los alumnos/as en qué parte del cuerpo sienten la alegría, tristeza, miedo, enfado, etc.
- Después se les invita a contar cuándo han sentido esas emociones.

#### RECURSOS Y MATERIALES

- Papel continuo
- Rotuladores y colores

#### TIEMPO

50 minutos.