



ACTIVIDADES VOLVAMOS + CERCANOS

PRIMARIA (5ºy 6º)		
Actividad		Observaciones
Primer día	Bienvenida al centro	La bienvenida ha sido con cierta normalidad y expectación, pues los alumnos eran conscientes de la necesidad de una nueva organización en el centro debido a la pandemia. A pesar de todo, se ha observado un gran optimismo y alegría por parte de los alumnos por volver al aula.
	Nos cuidamos	Hemos comentado en clase los carteles explicativos del lavado de manos, de la puesta y retirada de la mascarilla; las señales en los pasillos y la nueva organización del Centro (los patios, turnos de aseo, la importancia de la desinfección de zonas u objetos, la mesa de higiene, etc.).
	Me encuentro, me expreso	Se ha creado un debate en clase donde cada niño ha explicado cómo ha vivido la cuarentena y que emociones son las que explican su vivencia. También han podido explicar que sentimientos les produce la vuelta al colegio.
	Pinta las piedras ordenando tus emociones	Los niños han pintado tres piedras cada uno con distintos colores, según las emociones predominantes durante la cuarentena. Posteriormente, hemos colocado dichas piedras delimitando nuestra parcela del huerto.
	Ser positivos es una cuestión de actitud	Se ha trabajado mediante cortos relacionados con la autoestima y el optimismo, generando posteriormente un debate para comprobar si son capaces de identificar esos valores después del visionado del corto. Como ejemplo: https://youtu.be/HC7i8Kk1RC4



PRIMARIA (4º y 5º)			
Actividades			Observaciones
Seguimiento	Conciencia emocional	Dónde colocó mis emociones	Las actividades destinadas a este fin nos han mostrado que nuestros alumnos tienen dificultad a la hora de identificar sus emociones. Por ello, se ha partido desde la identificación de las propias emociones. Hemos realizado un reto colectivo a nivel regional en donde los niños tenían que poner en práctica la coreografía de la canción "Jerusalema" (actividad Escuelas Activas).
		Ponle color, forma y música a cada emoción	Los alumnos de 5º de primaria han plasmado sus emociones preparando una actuación de "Got Talent" para la celebración del Carnaval. La actividad fue muy satisfactoria para el alumnado, les gustó mucho y disfrutaron con ella.
	Autorregulación	El juego 1, 2, 3	En estas actividades han aflorado la acusada falta de autorregulación de nuestros alumnos.
		Los contrarios	
	Autoestima	Lapbook de San Valentín	Refuerzo de la autoestima y del autoconcepto a través de la profundización del concepto del amor, entendido hacia uno mismo y hacia los demás.
Cohesión grupal	Murales colaborativos temáticos	Creación de murales colaborativos temáticos (Navidad, Día de la Paz, San Valentín, etc), fomentando la comunicación, la toma de decisiones, la flexibilidad y las estrategias del trabajo en grupo. Esta actividad resulta muy positiva y enriquecedora a nivel de creación de sentimiento de grupo y establecimiento de relaciones sociales más sanas.	



PRIMARIA (1º, 2º, 3º y 4º)				
Actividades				Observaciones
Afrontamiento	Cómo afrontar los miedo	Reconocer la emoción	Nuestras emociones a color	Expresión de las emociones de manera creativa y libre a través de la pintura. Actividad muy positiva donde los alumnos dan rienda suelta a sus emociones sin presión alguna y resultando muy significativo tanto para ellos como para las docentes.
			La emoción del miedo a través de los cuentos	Narración y posterior debate de cuentos relacionados con el miedo. El cuento siempre es un buen recurso, dando lugar a un diálogo muy fructífero entre ellos y las docentes.
		Estrategias y técnicas	Vuelta a la calma	Realización de técnicas de relajación al aire libre, después de la actividad física que supone el tiempo del recreo, creando un ambiente en el que el alumnado sea consciente de su cuerpo, de cómo volver a la calma, etc.
		Fortalecer la autoestima	Reforzar el autoconcepto y la autoestima	
	Cómo afrontar el nerviosismo	Bloque 1	Música en el aula	Reproducción de música en el aula durante la realización de las tareas. Esta música es escogida especialmente para cada grupo, promoviendo un ambiente de serenidad y calma ante tareas o momentos que requieran bajar el nivel de estrés o tensión en los alumnos. Es un recurso que da muy buenos resultados en el alumnado, los cuales demandan el mismo siendo ya conscientes del efecto que en ellos crea.