

# Infantil

## ACTIVIDADES DEL PRIMER DÍA

Las siguientes actividades se realizarán, en la medida de lo posible, el primer día de vuelta a clase, contemplando las medidas sanitarias establecidas para la fase de desescalada en que se encuentra cada municipio: distancia social, lavado de manos, uso de material propio, mascarilla..., etc.

### ACTIVIDAD 2: “Mis emociones y yo: las llaves del corazón”

#### OBJETIVO

- Realizar el primer contacto y facilitar la expresión emocional.
- Con cada emoción, ayudar a que sean conscientes de lo que han vivido.

#### DESCRIPCIÓN POR PASOS DE LA ACTIVIDAD

##### Primer momento de la actividad:

- Para iniciar la actividad, se colocan los alumnos/as en semicírculo, de pie o sentados en forma de asamblea, guardando la distancia social adecuada.
- Se proyecta la canción “Adivinanzas Emocionales” en la pizarra digital como elemento motivador.
- Esta canción se va pausando para que puedan expresar cuándo han sentido las distintas emociones que van apareciendo. Se pueden usar también como apoyo visual las láminas o los emoticonos.

Se pueden proponer ejemplos:

- Feliz: cuando celebro mi cumpleaños.
- Triste: cuando me he caído en el parque.
- Enfadado: cuando mi hermano se mete conmigo o mamá no me deja hacer lo que quiero.
- Asco/rechazo: cuando algo huele mal (ej. basura) o no quiero sentarme al lado de un compañero.
- Sorpresa: cuando vienen los abuelos a verme.
- Miedo: los monstruos, quedarse solo en casa, la oscuridad, etc.

**En un segundo momento**, nos centramos en la expresión de las emociones individuales que hemos sentido durante el aislamiento y las consecuencias posteriores por el COVID 19, apoyándonos en las láminas y los emoticonos.

En un tercer momento, animamos a los niños/as a dibujar cómo se sienten; después el maestro/a hace preguntas por turnos. Seguidamente, sobre su dibujo, irán explicando a sus compañeros sus sentimientos. El maestro/a podrá ayudar a ponerle título y a nombrar los distintos elementos de este. Estos dibujos se incorporarán al aula (ej: un corazón gigante en el aula o murales en los pasillos).

#### TIEMPO ESTIMADO

1 hora 30 minutos - 2 horas. (Esta actividad debe estar terminada antes del recreo).

#### RECURSOS

- Canción de youtube <https://www.youtube.com/watch?v=8NKjWD2Dvcg>
- Láminas de emociones (miedo, alegría, tristeza, rabia)
- Emoticonos de emociones.
- Folios y lápices para pintar.

#### MATERIALES DE ADAPTACIÓN

De tipo audiovisual, como pictogramas, infografías, videos...



## MIS EMOCIONES Y YO

