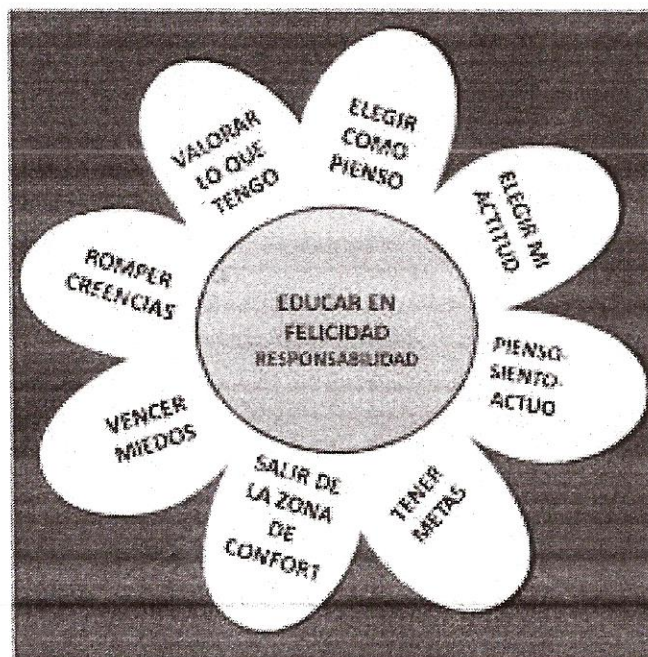


Queridas familias :

Ante os primeiros traballos dos vosos fillos/as , preguntarlles : que é , que fixeron na ficha , porque está así.....**para eles son coma un tesouro** , darlles valor e respetade como o fan. Estamos empezando un longo e activo proceso de **aprender a aprender**.



Recursos para traballar a I.Emocional en Infantil

Estimular un crecemento positivo, partindo da integración da educación emocional na actividade habitual da aula . Os contidos a traballara serán :

- Conciencia Emocional.
- Autoestima.
- Regulación Emocional.
- Empatía.
- Habilidades socioemocionais.
- Resolución de conflitos.

Para poder reforzar estos contidos na casa , podedes consultar as seguintes páxinas :

- <http://www.mundodemilu.org>
- <http://edukame.com/educación-emocional-en-la-infancia>
(guía de Educación Emocional).

Tamén facilito un listado de contos para traballar as emocións, según os contidos que sinalai anteriormente:

- Conciencia Emocional :

- " Colección Emocións " - Baía Edicións (son 9 contos onde falan dos sentimentos e emocións , primeiro aprendendo a recoñecelas , a saber expresalas e tamén aprendendo a autocontrolarse - inclúe actividades a desenvolver cos contos).

- " Las emociones de Nacho " , Ed. Edelvives (explica de forma sinxela cada emoción).

- " Adivina cuanto te quiero " -Ed.Kókinos(para falar do amor e saber describir o tamaño dos nosos sentimentos).

- Autoestima :

- "Iriña bailarina" - Ed. Embora.

- "Orellas de bolboreta" - Ed. Kalandraka (como quererse a un mesmo).

- "Los monstruos grandes no lloran" - Ed. Beascoa (que facer cando as cousas non saen).

-Regulación Emocional :

- Colección " El hada menta" – Ed. La Galera (A fada coida dos nenos que teñen algunha preocupación , inclúe exercicios e ideas para traballar os sentimentos).
- " Fiz o coleccionista de medos" – Ed. OQO (Historia que favorece a expresión de sentimentos).

-Empatía:

- "El caso de Lorenzo", Ed. Juventud (fala das persoas que son diferentes, axuda a entender mellor as diferencias).
- "Colores", Ed. Kókinos.

-Habilidades socioemocionais :

- "Coco y Tula : buenos modales", Ed. Combel (colección para aprender bos modais , en cada libro hai unha táboa na que pode ir sumando puntos para conseguir a súa medalla de campión).
- "Mío , MÍO" , Ed. Jaguar (para descubrir a importancia de compartir ?).

-Resolución de conflictos:

- "Vaya rabieta" , Ed. Corimbo (explica as perrenchas).
- " O segredo de Flora" , Ed. Embora (como controlar os enfados).
- " Por cuatro esquinitas de nada" , Ed. Juventud (traballar a amizade , a diferenza e a inclusión).
- " O país dos mandóns" , Ed. Embora.

Lograr que o neno/a se sinta ben consigo mesmo, así podrá lograr calquera cousa que se propoña.

Libros para pais/nais :

- " El no también ayuda a crecer" - Ed. La esfera de los libros.
- "Educación emocional y familia. El viaje empieza en casa" . Ed . Graó

Día Internacional dos Dereitos do Nen@

Decálogo Para traballar en familia

1 Crecer: no solo es ser más alto o más grande, sino también es prestar atención a las pequeñas cosas cotidianas y desde ellas, proyectarnos, para que juntos podamos realizar todos nuestros sueños.

2 Ser uno mismo: es mirar dentro de nuestro corazón, que es lo más profundo de nosotros mismos, y no escander aquello que sentimos o que somos.

3 Amar y ser amado: el amor es el sentimiento que atraviesa cualquier barrera y supera todos los obstáculos. Cada familia debe abrir de par en par las puertas para que el amor se instale en cada uno de sus miembros y pueda ser entregado sin condiciones.

4 Dialogar: es mucho más que contarnos con palabras lo que nos pasa. Dialogar también supone saber comprender esa mirada triste, sonreír en el momento adecuado o dar un abrazo cálido y tierno diciendo: "Estoy contigo".

5 Confiar: es saber que en nuestro hogar siempre vamos a encontrar serenidad y calma ante cualquier problema que tengamos que solucionar.

6 Respetarnos: es aceptarnos cuando pensamos lo mismo, y más aún cuando alguna diferencia se instala en casa. Debemos tener siempre presente que cada individuo es único, y que las diferencias también pueden unirnos.

7 Cuidarnos: no es otra cosa que estar atentos a todo lo que puede ocurrir a los seres que queremos y forman parte de NUESTRAS FAMILIAS.

8 Divertirnos: es buscar un espacio, "ese espacio" donde cada uno pueda reír hasta el cansancio, correr hasta agotarse, mirar el cielo, contar hasta el infinito y compartir con los demás. Lo que hacemos con nuestra familia puede ser muy divertido.

9 Defendernos: defender implica creer en lo que tengo y sobre todo, valorarlo. En casa siempre encontraremos "el testimonio" más verdadero y cálido acerca de la vida, y respuesta a todas las preguntas que nos inquietan.

10 Ser felices: si hemos sido capaces de leer en familia este decálogo, y hemos decidido ponerlo en práctica, estamos en el camino adecuado para lograr el bienestar de la familia y poder ser felices junto a los que nos quieren.

Páginas web :

- <http://aescoladossentimientos.blogspot.com.es>
- www.yaiyoga.es/2015/04/tecnicas-para-trabajar-la-rabia-

Cuentos :

- 1- Colección Sentimientos de SM (“Cuando estoy contento”, “ Cuando estoy amable” ...) de 2 a 5 años.
- 2- ¿ Qué siente ¿ . Ed. Everest.
- 3- Colección Emociónate (8 cuentos)- Proyecto Forma 2.
- 4- “Los atrevidos “ de Elsa Punset.
- 5- “ El jardín de las emociones “ Ed. Oxford.University Press
- 6- Colección Toni i Tina , Ed. Almadraba (asesorada por pediatras y psicólogos infantiles del Hospital Sant Joan de Deú).

