

EMOCIÓNATE 5º EDUCACIÓN INFANTIL

En educación infantil é fundamental potenciar desenvolvemento das competencias emocionais do alumnado e que estas formen parte da aprendizaxe dos nenos e nenas. Debemos aportarlle ferramentas que lle axuden a identificar as súas emocións, as alleas e o máis complexo a xestionalas. Para levar a cabo todo isto, **como titoras de 5º de educación infantil**, creamos o noso propio recanto da calma, que utilizamos durante todo o curso, onde se poden atopar diferentes recursos para aprender a relaxarse e solucionar conflitos, como poden ser : un caleidoscopio, plumas, pop its, cubo de rubik, reloxos de área, boliña relaxante, botellas da calma, estas dúas últimas elaboradas polos propios nenos e nenas. Tamén contamos cunha ruleta na que poden escoller o que precisan en cada momento (respirar, un abrazo...).





<https://drive.google.com/file/d/158j9HBgeuCZMOubEEE0XBTZlZYHl6hdJ/view?usp=sharing>

Ademais, como fío motivador para traballar as emocións utilizamos o conto “Monstro de cores”. O cal nos xurdiu a necesidade de saber como nos atopamos cada día, de tal xeito que, na assemblea colocamos a nosa foto no monstro correspondente coa emoción que sentimos hoxe e explicamos o por que.

Para recoñecer os xestos de cada emoción e ademais coñecernos moito mais sacamos fotos con diferentes estados de ánimo que relacionamos con cada cor do mostro e ademais realizamos puzzles onde temos que descubrir e relacionar a quen pertencen os ollos e a boca así como que emoción expresan.



Ademais en relación ao conto, coñecemos e interpretamos a canción e elaboramos unas caretas dos monstros.





<https://drive.google.com/file/d/14yf3PKWOWSMKKEYzuvwOSH3uCSnocrlC/view?usp=sharing>

<https://www.youtube.com/watch?v=c0JBsPLEdG0>

Ademais da asamblea outra das rutinas presentes durante a xornada, é o momento da relaxación que realizamos ao volver do patio. Neste momento o encargado utilizando plumas ou coches tócalle con suavidade a cada neno mentres escoitamos música tranquila. Prestamos moita atención á respiración, sendo conscientes de coller aire pola nariz e expulsando pola boca.

https://drive.google.com/file/d/14uxdjO_yNbpTdqXF0olw_-BpQ-PQtGYu/view?usp=sharing

Outras das actividades que levamos a cabo, foi decorar unha árbore con palabras bonitas, para o cal coñecemos o conto “ *A gran fábrica das palabras*” o cal nos ensina que para poder ter o noso corazón cheo de amor precisamos dicir e coñecer palabras bonitas. A partir de aí pensamos en palabras bonitas e escribímolos en corazóns, falamos como nos sentimos cando escoitamos e dicimos palabras bonitas.



Outra das emocións que tivemos en conta, foi a do medo, moi presente na festa do Samaín onde aproveitamos para falar dos nosos medos e grazas ao conto “ *Sacapenas*” elaboramos o noso propio sacapenas para que cada neno e nena lle conte os seus medos e ao poñelo debaixo da cama, desaparecerán.



Tendo en conta esta emoción e en colaboración co equipo de Dinamización da Lingua Galega participamos en Dinamiza TV nun curto de medo. Partimos do conto *Gato Guille e os Monstros* e decidimos interpretálo intentando adiviñar os sustos que estabamos escoitando.

Para finalizar, destacar que unha parte fundamental para traballar as emocións é ter en conta e manter unha estreita colaboración coas familias dos nosos alumnos e alumnas. Polo tanto fixemos durante todo o curso unha actividade onde as familias nos mandaron fotos ou videos ao noso correo con anécdotas, retos superados, visitas realizadas....que orgullosos se sentiron os nenos e nenas podendo compartir todo isto cos seus compañeiros. Grazas a esta actividade puidemos coñecernos mais en profundidade, traballar a expresión oral, recoñecer a emoción da vergonza, coñecer os seus gustos, os seus familiares... en definitiva facer equipo. A modo de exemplo, destacar cando puidemos ver cando unha nena aprendeu a andar en bici sen ruedines, ou cando outro neno foi visitar os seus avós á Barcelona ou simplemente a

felicidade doutra nena mostrándonos o ben que o pasou nunha visita ao acuario coa súa familia.



AS TITORAS:

- Noemí Budiño Agrelo
- Yolanda Neira Gulías

