

# EDUCACIÓN EMOCIONAL 3ºB

## 1. POESÍA



### LA GALLINITA

La gallina en el gallinero,  
Dice a su amiga cuánto te quiero!  
Gallinita rubia lloraré luego,  
Ahora canta: aquí te espero...  
"aquí te espero poniendo un huevo  
Me dio la tos y puse dos  
Pensé en mi ama, ¡qué pobre es!  
Me dio penita... ¡y puse tres!  
Como tardaste, esperé un rato  
Poniendo huevos, ¡y puse cuatro!  
Mi ama me vende a dona Luz.  
¡yo con arroz! ¡qué ingratitud!



Nuestra primera aportación como grupo al mundo de las emociones fue trabajar con una poesía de Gloria Fuertes una de las emociones que aflora con facilidad en nuestro entorno: la tristeza.

Dado que experimentamos esta emoción por diversas causas, aprendimos, declamamos y trabajamos el mensaje que el poema transmitía exteriorizando diferentes situaciones en las que sentíamos tristeza en el día a día del colegio y cómo podíamos hacerle frente de manera más optimista tocando otras emociones más positivas.

## 2. MANDALAS COLABORATIVOS EMOCIONALES



Ya trabajando en pequeños grupos nos pusimos de acuerdo en que había más formas de exteriorizar diferentes emociones; y llegamos a la conclusión de que pintando con diversos colores éramos capaces de hacer ver a otros compañeros cómo nos sentimos en un momento dado.



Así que en esta ocasión, cada uno pintamos parte de un mandala durante un breve espacio de tiempo; usando los colores que más verídicamente reflejaban nuestro estado de ánimo y que representaban cómo nos sentíamos en ese instante.

De esta manera, todos dejamos plasmado cómo nuestras emociones iban cambiando cada vez que recibíamos el mandala del compañero y aportábamos nuestro granito de arena.

El resultado fue una bonita composición bastante colorida y variada.

### 3. CARNAVAL EMOCIONAL



Aprovechando la fiesta de carnaval, decidimos dar un paso más en nuestra andadura emocional y nos comprometimos a elegir tres emociones que nos hubieran llegado a representar en algún momento experimentando así cambios en nuestra personalidad.

De esta manera, el primer día acordamos tratar la ternura durante ese día vistiéndonos todos con una camiseta de color blanco.



El segundo día trabajamos la tensión; recordando aquellos momentos en los que esta emoción nos había invadido, y decidimos representarla con el color negro.

Por último, el tercer día, nos centramos en aquellas situaciones que nos habían proporcionado serenidad y el color elegido para tal fin fue el azul.

#### 4. ABECEMOCIONARIO



Como colofón, la actividad final en la que recogemos un poquito todo lo trabajado con anterioridad es la puesta en escena de un abecedario emocional.

Divididos por parejas, los niños seleccionaron una letra del abecedario con la que se trabajaba una emoción en concreto y plasmaron en un cartel una pequeña historia o mini cuento que reflejaba esa actitud acompañada una pequeña moraleja y un dibujo ilustrativo.

Con esta última actividad también queremos hacer partícipes al resto del alumnado de otras aulas de este proyecto mediante un taller a otros niveles y una posterior exposición de los carteles para concienciar de la importancia de la educación emocional en nuestra vida diaria.

Susana Sanz Rubio