

CURSO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL EN PRIMARIA



El periodo de los 6 a los 12 años constituye un momento crucial en el desarrollo de la personalidad, y la escuela, como generadora de conocimientos, debe basar el aprendizaje tanto en la parte cognitiva como en la afectiva, ya que en las diferentes etapas del desarrollo los aspectos emocionales juegan un papel esencial en la vida y constituyen la base o condición necesaria para la formación de la personalidad.

El programa de educación emocional que se presenta en este curso tiene como objetivo favorecer el desarrollo integral del niño y contempla todas y cada una de las dimensiones de la vida en la formación de las personas: cognitiva, físico-motora, psicológica, social y afectivo-emocional. Se trata de un programa eminentemente práctico y está estructurado en cinco grandes bloques temáticos: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales y habilidades de vida

OBJETIVOS:

- Enseñar al alumno a identificar sus emociones, distinguirlas y poder describirlas.
- Aportar técnicas para que el alumno regule su expresión emocional, evitando la reacción.

- Contribuir a la mejora y el fortalecimiento de la autoestima, lo cual contribuirá a una personalidad fuerte y seguro de sí mismo.
- Aplicar la asertividad como forma de comunicación y entendimiento con los demás.

PROGRAMA DE CONTENIDOS

Programa de Educación Emocional para la Educación Primaria

-Desarrollo emocional en la etapa de los 6 a los 12 años

-Bloques Temáticos

Programa para primer ciclo (6-8 años)

BLOQUE I. CONCIENCIA EMOCIONAL

- 1.- Cuando digo... quiero decir...
- 2.- En este cuento...
- 3.- En el teatro
- 4.- El juego de las emociones
- 5.- Las fotografías de la vida

BLOQUE II. REGULACIÓN EMOCIONAL

- 1.- Las consecuencias de mis reacciones
- 2.- Acción y reacción
- 3.- Vamos al teatro
- 4.- Sintiendo con las manos
- 5.- Influyo en los demás

BLOQUE III. AUTOESTIMA

- 1.- Tú puedes hacer cosas diferentes
- 2.- Flexión y movimiento
- 3.- Tú yo no vemos lo mismo
- 4.- Así opino yo
- 5.- Controlo mi cuerpo

BLOQUE IV. HABILIDADES SOCIO-EMOCIONALES

- 1.- Nuestro rompecabezas
- 2.- Imaginar y adivinar
- 3.- Ayudando a un amigo
- 4.- ¿Qué hacer en vez de...?
- 5.- ¿Qué se sentirá?

BLOQUE V. HABILIDADES DE VIDA

- 1.- La silueta de mis amistades
- 2.- Mi juguete preferido
- 3.- Gafas de colores
- 4.- Un domingo familiar
- 5.- Mi clase es...

Programa para segundo ciclo (8-10 años)

BLOQUE I. CONCIENCIA EMOCIONAL

- 1.- Vocabulario emocional
- 2.- La caja de las emociones
- 3.- Sentimos y vivimos
- 4.- ¡Adivina, adivinanza!
- 5.- Plasmando emociones

BLOQUE II. REGULACIÓN EMOCIONAL

- 1.- Relajando el cuerpo
- 2.- El semáforo de las emociones
- 3.- No te descontroles
- 4.- Tómate tu tiempo
- 5.- Plástica y emociones

BLOQUE III. AUTOESTIMA

- 1.- Así soy yo
- 2.- Mi propia cueva
- 3.- ¿Cómo sería si...?
- 4.- ¿Qué ven los demás en mí?
- 5.- Cada persona espera algo diferente de mí

BLOQUE IV. HABILIDADES SOCIO-EMOCIONALES

- 1.- Encuentros
- 2.- Los demás también sienten
- 3.- Identificar relaciones
- 4.- Actuando con asertividad
- 5.- Todo un monumento

BLOQUE V. HABILIDADES DE VIDA

- 1.- Cometa de amistad
- 2.- Yo hablo, tú me escuchas
- 3.- La tómbola
- 4.- Críticos de televisión
- 5.- Cuento con mi familia

Programa para tercer ciclo (10-12 años)

BLOQUE I. CONCIENCIA EMOCIONAL

- 1.- ¿Qué se siente?
- 2.- Paseando
- 3.- ¿Qué hago yo?
- 4.- Las emociones de la semana
- 5.- Mirando fotografías

BLOQUE II. REGULACIÓN EMOCIONAL

- 1.- Relajando el cuerpo con la música
- 2.- Y yo, ¿cómo actúo?
- 3.- Noticias y emociones
- 4.- No llego a la nota
- 5.- ¿Qué puedo pensar?

BLOQUE III. AUTOESTIMA

- 1.- La historia de mi vida
- 2.- Algo habla dentro de mí
- 3.- ¿Soy yo?
- 4.- La persona que admiro
- 5.- Nos miramos a la cara

BLOQUE IV. HABILIDADES SOCIO-EMOCIONALES

- 1.- Maneras de actuar
- 2.- Sentir y comunicar
- 3.- Mis manos en tu cara
- 4.- ¿Entendemos todos lo mismo?
- 5.- Nuestra fiesta

BLOQUE V. HABILIDADES DE VIDA

- 1.- El amigo ideal
- 2.- Vamos a decir...
- 3.- Lo que me gusta
- 4.- Simulando la vida
- 5.- Consultorio familiar

DIRIGIDO A:

Maestros, profesores y docentes que quieran introducir técnicas de relajación en el aula.

Padres y madres que les interese el tema y quieran aprender para aplicarlo en casa.

Personal sanitario y social que trabaje con niños con necesidades especiales.

COSTE Y MATRICULACIÓN:

El curso en la modalidad a distancia consta de 100 horas, con el asesoramiento permanente de un tutor.

Para realizar la matrícula se cumplimentará el formulario que aparece en la web: www.atencionpsicosocial.org

El pago se corresponde a 120 € que deben abonarse en un solo pago al comienzo del curso. Se realizará en la siguiente entidad bancaria a nombre de la Asociación Española de Atención Psicosocial:

BANCO SANTANDER CENTRAL HISPANO: C.C 0049 6109 62 2116284648

www.atenciónpsicosocial.org

aedap@atencionpsicosocial.org

formacion@atencionpsicosocial.org

Para cualquier duda o consulta: Tel. 637 076 325 (en horario de mañanas)