

## **EMOCREA EN CASA (ACTIVIDAD 1.8)**

**TÍTULO:** “Me bajo de la guagua en casa”

**AUTORÍA:**

**Mariel Sande Jotterand**, a partir de la elaboración de **Holanyeliz Mora Villafranca**, adaptada para su aplicación en el ámbito familiar por **Noelia Mendoza Carballo**.

**CURSO:**

Esta actividad está diseñada para ser desarrollada con alumnado de **3º de Primaria**, pero puede realizarse con niños y niñas que estén entre los 6 y 12 años.

**¿QUÉ ES LO QUE SE PRETENDE CON ESTA ACTIVIDAD?:**

Lo que queremos lograr con la realización de esta actividad, es que el niño/a sea capaz de percibir y observar, las reacciones corporales (gestos, miradas, respiración...) que experimenta ante determinadas situaciones que provocan respuestas emocionales. De manera que sepa identificar y nombrar las diferentes emociones (alegría, ira, miedo, tristeza, humor, vergüenza, culpa ansiedad...) que vive.

Con esto, lo que se busca es que el niño/a tome conciencia de sus emociones empezando por reconocerlas en su propio cuerpo, como primer paso de su reconocimiento y comprensión emocional.

**TEMPORALIDAD:**

Un máximo de dos horas.

**REQUERIMIENTOS MATERIALES Y ESPACIALES:**

- **Espaciales:** para realizar la actividad necesitamos disponer de un espacio despejado de muebles, que le permita a los niños y niñas moverse. En su defecto se puede utilizar todas las estancias de la casa para hacer el recorrido.

- **Materiales:** como elementos materiales para realizar la actividad necesitamos dos cartulinas o folios por niño/a y revistas. En caso de no tener revistas, utilizaremos colores para dibujar nosotros/as mismos/as.

## DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LA ACTIVIDAD:

### Primera parte:

Nos disponemos en fila india colocando nuestras manos sobre los hombros de la persona de delante para así formar la guagua. La persona que vaya delante será el o la chofer y dirigirá a los pasajeros y pasajeras de la guagua a un paso rápido, lento o medio, a discreción.

Mientras el o la chofer va dirigiendo, los pasajeros/as van caminado (a paso medio, rápido o lento), bailando y cantando: *“¡La cucaracha, la cucaracha! Ya no puede caminar, porque le falta, porque no tiene, la patita principal [...]”*. Antes de que el/la conductor/a decida parar la guagua, deberá avisar a los pasajeros y pasajeras diciendo: *“¡Atención pasajeros, estén preparados para la próxima parada!”*.

Cuando el o la chofer llegue a una parada (lugar en el que elija pararse), deberá decir lo siguiente en voz alta *“Que se baje de la guagua... (nombre de la persona adulta o el niño/a) y nos represente con su cuerpo como se siente cuando.... (el chofer elige una situación, por ejemplo: cuando come dulces, cuando juega y pierde al fútbol...)”*. El pasajero o la pasajera, mientras se baja de la guagua, deberá pensar qué emociones le produce esa situación en función de sus experiencias vividas, para luego expresar con el cuerpo, sin poder hablar (con mímica), sus sensaciones personales.

Una vez que cada niño/a haya representado corporalmente sus sentimientos, pasará a ocupar la posición del chofer.

Tras cada parada, los pasajeros y pasajeras volverán a caminar y cantar cuando el nuevo chofer decida arrancar y continuar.

Las canciones pueden variar según los gustos y el conocimiento del niño/a. La actividad continuará hasta que, sucesivamente, todas las personas tengan la oportunidad de representar ambos roles (chofer y pasajero/a).

(Con ello lo que se persigue es que a través de nuestro cuerpo expresemos reacciones emocionales, de modo que tomemos conciencia de ellas. Además reforzado por el hecho de observar no solo las propias, sino la de los demás).

### **Segunda parte:**

La segunda parte de la actividad consistirá en hacer una tabla de emociones. Cada niños/a y adulto/a tomará una cartulina o papel y la dividirá en seis partes, y en cada parte escribirá las emociones (alegría, tristeza, sorpresa, ira, asco, miedo).

Una vez hemos hecho nuestra tabla, cogemos las revistas para buscar (de manera individual), imágenes que puedan asociarse a las diferentes emociones, para recortarlas y pegarlas junto a la emoción que le transmite (*en caso de no tener revistas, usaremos lápices de colores y dibujaremos imágenes que creemos pueden relacionarse con cada emoción*).

(Con esto, lo que queremos es conocer y ver cómo perciben nuestros niños y niñas las emociones que experimentan y qué significan para ellos/as cada una de esas emociones).

Para concluir, nos reuniremos en gran grupo y compararemos nuestras tablas, observando las cosas en las que coincidimos y en las que no, el porqué de ello, etc.

(Con esta última parte, lo que haremos será ponernos junto a ellos/as para hablar, reflexionar... sobre lo que han dibujado. Mostrándole lo que nosotros/as mismos/as hemos hecho de manera que se puedan ver diferentes puntos de vista, así como, que se aprecien los aspectos en los cuales coincidimos, para así crear un clima de confianza y abierto en el que se sientan comprendidos/as).

### **PAUTAS DE INTERACCIÓN EDUCATIVA:**

Para facilitar la interacción dentro de la actividad, debemos emplear las siguientes pautas. Son comportamientos y/o expresiones, que realiza el adulto que está dirigiendo la actividad, con las que se ofrece un modelo para relacionarse de forma adecuada con las emociones y que refuerzan, a través

de la interacción con el/la niño/a, el aprendizaje de las competencias emocionales que se trabajan en la actividad.

- **Empatizar:** trabajaremos la empatía con frases como: *“Te entiendo, yo también me he sentido así cuando me ha pasado algo parecido a ti”*; *“Seguro, te sentiste asustado/a, a mí también me ha pasado”*.
- **Ayudar a comprender:** *“¿Por qué crees que pusiste esa imagen en la tristeza? ¿A qué te recuerda? ¿Cómo te sientes?”*. *“¿Esta imagen siempre la relacionas con el asco? ¿Por qué crees que es?”*.
- **Ayudar a respetar.** *“Aunque no sienta lo mismo que otra persona, tienes que respetarlo/a”*. *“Una misma emoción se puede relacionar con diferentes imágenes, todo es posible. Depende de cada persona”*.

#### OSERVACIONES:

A lo largo de la actividad, todo su desarrollo está enfocado a la corporalidad, es decir a la conciencia del propio cuerpo, pues se pretende que los niños y niñas sean capaces de percibir, identificar y nombrar sus emociones a partir de sus manifestaciones corporales.