

EMOCREA EN CASA (ACTIVIDAD 3.8)

TÍTULO: “Escultura emocional en casa”

AUTORÍA:

Nikolay Dimchev Edrov, adaptada para su aplicación en el ámbito familiar por **Javier Brito Rodríguez**.

CURSO:

Está diseñada para ser desarrollada con el alumnado de **3º de Primaria**, aunque puede llevarse a cabo con niños y niñas de 4º, e incluso, 5º de Primaria.

¿QUÉ ES LO QUE SE PRETENDE CON ESTA ACTIVIDAD?

Se persigue que el niño/a comprenda y analice las emociones que experimenta y las relacione, por una parte, con los sucesos que las originan y, por otra, con las consecuencias que provocan en él y en los demás. Recordemos que una emoción genera una manifestación conductual que se traduce en expresiones, acciones, gestos y comportamientos no verbales.

El objetivo principal es contribuir al desarrollo de su autoconocimiento emocional, es decir, lograr que la persona sienta corporalmente sus emociones, las reconozca, les de valor y, finalmente, entienda por qué se producen y qué influencia tienen en su vida. Además, con esta actividad se trabajará de forma más significativa el uso del lenguaje emocional como elemento de nuestra comunicación para así saber expresar lo que sentimos.

TEMPORALIDAD:

Entre 45-50 minutos.

REQUERIMIENTOS MATERIALES Y ESPACIALES:

- **Espaciales:** se recomienda elegir o acondicionar un lugar de la casa amplio, en el que nos sintamos cómodos. En su defecto se trataría de utilizar el espacio que permita cierto margen de movimiento.

- **Materiales:**

- Hoja de papel para apuntar el nombre de las emociones.
- Dispositivo electrónico que nos permita visualizar y escuchar un vídeo (ordenador, Tablet, móvil...) y sacar fotos.
- Conexión a Internet para acceder al vídeo de YouTube.

*Para su ejecución es necesario un mínimo de dos personas.

DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LA ACTIVIDAD:

Se iniciará recordando cuáles son las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, asco, ira y sorpresa) y apuntándolas en una hoja de papel. Para ello, podemos utilizar los famosos iconos del WhatsApp como posibles ejemplos faciales que nos permitan clasificar las distintas emociones.

A continuación, se explicará en qué consistirá la actividad “escultura emocional”. En ella puede participar toda la familia, siempre y cuando se puedan establecer parejas. En cada pareja, una persona adquiere el rol de “escultor emocional”, quien tendrá que “esculpir” una escultura humana emocional en la otra, que será su “materia prima”.

Para ello, se visualizará el tráiler de la película *Inside Out*¹. Cuando aparezca una emoción, se parará el vídeo y el escultor comenzará a dirigir y colocar a su pareja para que, mediante la expresión corporal (postura, gestos...), represente la emoción que ha salido en escena. Una vez se haya expresado, se intercambian los roles de la pareja.

(El hecho de actuar como “escultores emocionales” de la pareja pone de manifiesto la capacidad de comprender y analizar las emociones no solo en nosotros mismos, sino también en los demás).

Una vez se represente corporalmente la emoción se abrirá un diálogo con los/as niños/as sobre la causa de la misma, así como sus efectos, de manera que se les ayude a comprender que las emociones tienen un porqué y produce unos efectos, situando la experiencia emocional entre el antes (causas) y el después (consecuencias)

¹ Enlace al tráiler de *Inside Out* <https://youtu.be/5E-PewbT3Ys> (las emociones aparecen durante el primer minuto del tráiler)

(Esto constituye el núcleo central de la sesión, ya que con ello, se pondrá en práctica la competencia de la “comprensión emocional”: descubrir por qué sentimos una emoción y entender que la emoción tiene unos efectos).

Es importante concluir la actividad con un resumen de lo que se ha hecho y se ha aprendido. Además se recomienda fotografiar cada una de las esculturas que se han construido para visualizarlas y analizarlas al final de la sesión.

(Este momento será clave para establecer una conclusión de lo que ha supuesto la dinámica y qué hemos aprendido).

PAUTAS DE INTERACCIÓN EDUCATIVA:

A continuación, ofrecemos varias orientaciones a tener en cuenta a la hora de llevar a cabo esta actividad. Son comportamientos y/o expresiones, que realiza el adulto que está dirigiendo la sesión, 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.

- **Ayudar a comprender:** Se busca que su hijo/a pueda llegar a entender las razones y consecuencias de las emociones que experimentan los personajes del vídeo. En este caso, ya se nos dice el nombre de la emoción (“¡soy alegría!”, “¡este es asco!”...), pero nuestro objetivo es ir más allá y analizar las causas y efectos que las provocan.

Por ejemplo: *¿Por qué creemos que se ha producido esta emoción?
¿Qué es lo que ha hecho que el personaje se haya sentido así? ¿Cuáles son sus efectos? ¿Qué ocurre después de sentir esa emoción?*

- **Ayudar a expresar:** Para ello, se debe generar un clima y espacio adecuados, en el que todos los miembros de la familia se expresen emocionalmente, con comodidad y libertad. Ayudaría compartir nosotros cómo nos hemos sentido.

Por ejemplo: *¿Alguien quiere compartir una cosa que le haya ocurrido y que le haya hecho sentir algo parecido a lo que expresa esta escultura?
¿En qué situaciones nos hemos visto como esta escultura? ¿Cómo nos hemos sentido al realizar esta dinámica?*

OBSERVACIONES

Es una actividad que introduce a una película de Disney Pixar que nos aproxima al complejo y apasionante mundo de las emociones. Podríamos aprovechar la motivación que provocó la visualización del tráiler durante la ejecución de la “escultura emocional” para, posteriormente, ver la película y comentarla en familia.