

# PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

## 1.- INTRODUCCIÓN O JUSTIFICACIÓN

En la elaboración de este PAT se han tenido en cuenta los recursos con los que cuenta el Centro, las aportaciones de los Profesores, la experiencia de cursos anteriores, la influencia en los alumnos de las familias y del entorno (U.V.A. Colorines, El Progreso, S. Fernando...); la problemática actual del alumnado que conforma nuestras aulas (por un lado, alumnos que presentan confusión en la jerarquía de valores, conflictividad, incumplimiento de normas básicas para la convivencia, agresividad, pasotismo, rechazo a la autoridad... Por parte de otros, interés por aprender, por la cultura...)

Se pretende unificar criterios y coordinar los procedimientos y actividades para seguir un orden secuencial en el proceso madurativo de los alumnos (en el que nos sentimos implicados todos los Profesores: Tutores y no Tutores), durante su trayectoria educativa en nuestro Centro, al término de la cual sean personas:

1. Con capacidad para pensar y actuar de forma crítica, responsable y autónoma.
2. Con capacidad para la convivencia, respetándose y respetando a los demás y al entorno.
3. Con capacidad para analizar, priorizar, resolver problemas y tomar decisiones (temas morales, vocacionales, de ocio, de salud...)
4. Con capacidad para ser coherentes entre lo que piensan que es justo y lo que hacen.
5. Con capacidad para amar, solidarios, con sentido del humor, felices sin dañar a otros...
6. Con capacidad para aceptar las ideas de la mayoría, sabiendo que el mejor medio para cambiar las normas es la argumentación veraz y la votación.
7. Con capacidad para valorar la cultura, el esfuerzo y el trabajo bien hecho (como beneficio personal y social).
8. Con capacidad para cuidar el Medio Ambiente, como obra de Dios puesta a nuestro servicio y contemplación.
9. Con capacidad de apertura a la trascendencia como fuente de felicidad y de exigencia para la construcción de un mundo mejor.

Considerando los anteriores nueve puntos como **OBJETIVOS GENERALES** que quisiéramos conseguir.

## FUNCIONES DEL TUTOR EN RELACIÓN A LAS FAMILIAS

### OBJETIVOS:

- Contribuir al establecimiento de relaciones fluidas con los padres, que faciliten la conexión entre el centro y las familias.
- Implicar a los padres en actividades de apoyo al aprendizaje y orientación de sus hijos.
- Intercambiar información sobre sus hijos y su proceso escolar. El tutor debe proporcionar esa información y a su vez la tiene que recabar.

## ACTIVIDADES

- Al principio de curso (1ª semana de octubre) mantener una reunión informativa: curso, horario, actividades formativas complementarias, profesores que le dan clase, tutoría, el funcionamiento del centro, las normas de RRI y las obligaciones que comportan.
- Cada evaluación entrega de notas e información del proceso educativo.
- Una hora a la semana el tutor presta una atención directa a los padres.
- Una vez al mes el tutor comunicará las faltas de asistencia a clase, siempre y cuando no se haya activado el protocolo de absentismo.
- Buscar en los padres la implicación necesaria con respecto a la realización de tareas escolares de sus hijos, que controlen el trabajo personal y ofrezcan las condiciones necesarias para el estudio.
- Ofrecer información sobre el futuro académico y profesional de sus hijos.
- Alentar a los padres en la implicación activa en la formación y desarrollo de la escuela de padres.

## METODOLOGIA

Estas reuniones y entrevistas con los padres se regirán por un principio de comunicación fluida, para poder comprender y compartir la tarea educativa, intentando siempre promover acuerdo y compromisos honestos y responsables.

## EVALUACIÓN

Se realizará controlando la asistencia y el grado de implicación de los padres en las propuestas, y valorando la preocupación individual por la formación de sus hijos. Será el punto de partida en cada reunión y entrevista.

## FUNCIONES DEL TUTOR CON OTROS PROFESORES

### OBJETIVOS

- Coordinar las programaciones en todas las áreas y adecuarlas al grupo-clase.
- Coordinar la evaluación y la información sobre los alumnos. Esto implica: preparar, coordinar y levantar actas de las sesiones de evaluación, y a su vez, elaborar informes sobre el grado alcanzado en el cumplimiento de los objetivos propuestos para el alumno.
- Posibilitar líneas comunes de actuación con los profesores en el marco del PEC y con el orientador del Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica o del centro.
- Coordinar las actuaciones concretas con los alumnos con NEE

## ACTIVIDADES

- Colaborar conjuntamente con el jefe de estudios para la creación de un clima positivo de convivencia, de disciplina y de trabajo dentro del grupo.

- Al principio de curso, mantener reunión informativa con los tutores anteriores del grupo clase, que facilitarán una información lo más detallada posible de los alumnos.
- Habrá reuniones por niveles y/o ciclos antes de la reunión de evaluación para hacer un mayor seguimiento de los alumnos, para detectar posibles dificultades y ponerles solución lo antes posible en beneficio de los alumnos.
- El tutor se coordinará con el profesor de la sección bilingüe, cuando esta afecte a nuestros alumnos.

## METODOLOGÍA

Consultas a los PEC y PCC y a los expedientes de los alumnos. Elaboración de programaciones, ACIS, y de informes sobre los alumnos. Exposición de los diversos criterios para unificarlos. ( con respecto a las normas de clase)

## EVALUACIÓN

La evaluación se realizará valorando si los planteamientos propuestos son positivos o negativos, si hay que reforzarlos o rectificarlos en la última reunión que se realice al finalizar el curso académico, al revisar las actas de las reuniones anteriores.

## FUNCIONES DEL TUTOR CON RESPECTO A LOS ALUMNOS/AS.

### ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL.

#### OBJETIVOS

- Preparar el paso de la heteronimia a la autonomía.
- Iniciar, desarrollar y mejorar la atención.
- Iniciar las actuaciones para el desarrollo de la tolerancia y la superación de la frustración.
- Iniciar en la alfabetización emocional.
- Desarrollar el pensamiento en perspectiva: la empatía.
- Descubrir el pensamiento consecuencial y alternativo.
- Iniciar las pautas en las relaciones interpersonales.
- Iniciarles en el trabajo cooperativo.

#### ACTIVIDADES

- Acogida y periodo de adaptación.
- Conocimiento del aula y del centro escolar. ( dependencias principales )
- Presentación, adecuada al nivel, de las normas de funcionamiento y convivencia. (filas, silencio relativo, respeto a los adultos,saludos etc.)

- Recogida de la información (datos personales, características del grupo, detección del alumnado con NEE, revisión de expedientes personales, entrevistas con los padres y otros profesores anteriores, si es posible).
- Creación de un clima de tolerancia y comprensión entre el grupo con el aprendizaje gradual de las habilidades necesarias para el desarrollo integral, entre otras actividades, la realización de asamblea a lo largo de la mañana, es un tiempo dedicado a una toma de contacto personal entre los alumnos y profesores, comunicando el estado de ánimo, preocupaciones, experiencias vividas, etc. También se dedican unos minutos después del recreo a la relajación para que los alumnos/as recuperen la calma necesaria para continuar con la programación establecida.
- Se realizarán distintas actividades interciclos durante el curso escolar, en búsqueda de la mejora de las relaciones interpersonales y de su socialización.
- Se realizarán actividades para mejorar la resolución de conflictos.
- Organización de actividades complementarias que afiancen los logros alcanzados dentro del aula. (salidas, charlas etc.)
- Participación activa en todas las actividades que se realizan desde la Pastoral del centro: Inicio de curso, día del maestro, Adviento, Cuaresma, Día del centro, etc.

## METODOLOGÍA

Se basa en cinco principios fundamentales que se aplican tanto en la Etapa de Infantil, como en la de Primaria, con las adaptaciones correspondientes según las características y necesidades de los alumnos/as.

**Principio de comunicación:** Todas las actividades se realizan a través de una comunicación fluida y sistemática con los alumnos/as, ya que educar y orientar es compartir significados, es comprender lo que me rodea y a los que me rodean, es poder expresar los pensamientos, sentimientos, ideas u opiniones a otros.

**Principio de autonomía:** La persona que aprende es la protagonista del proceso de enseñanza y orientación. La acción docente gira sobre sus necesidades, capacidades, intereses, etc para su propio proyecto vital.

**Principio de personalización:** Las actuaciones que se realizan responden a la singularidad de cada persona, atendiendo a todos los ámbitos de su desarrollo: físico, social, cognitivo, afectivo y social.

**Principio de intervención global:** Formamos y educamos a nuestros alumnos/as para que sepan desenvolverse en un contexto social lo más amplio posible.

**Principio de actividad:** Las actividades planteadas pretenden conseguir la implicación efectiva y afectiva del alumnado, del profesorado y de las familias.

## EVALUACIÓN

Se basará en la observación sistemática del proceso y en la valoración sistemática del proceso y en la valoración de las actividades realizadas. Todo ello se valorará en las reuniones de ciclo intermedias y en las sesiones de evaluación. La evaluación será siempre de carácter informativo con aportaciones de datos que permitan constatar las necesidades que se detectan y ayuden a poner en práctica las soluciones adecuadas.

## ETAPA DE EDUCACIÓN PRIMARIA

### OBJETIVOS

#### PRIMER CICLO

- Crear un clima positivo para la integración de los alumnos/as en el aula y en el centro escolar.
- Facilitar la adquisición de normas básicas de comportamiento, resolución de conflicto, técnica de estudio y trabajo intelectual.
- Recoger la máxima información posible de los alumnos/as.
- Desarrollar la habilidad de expresarse y hacerse entender por los demás miembros del grupo.
- Desarrollar y mejorar la atención.
- Iniciarse en la relajación a través del contacto físico positivo desarrollando la conciencia del propio cuerpo y del de las demás personas, la confianza y seguridad en el grupo.
- Mejorar las relaciones interpersonales.
- Potenciar el desarrollo de las actividades complementarias para facilitar la adquisición de aprendizajes.
- Desarrollar y participar de forma activa en las actividades de Pastoral ( Inicio de curso, adviento, navidad, cuaresma...)

#### SEGUNDO CICLO

- Desarrollar la capacidad de tomar decisiones según nuestras emociones.
- Iniciar las bases de una buena salud física y mental, previniendo enfermedades como la inestabilidad, la angustia, el miedo y la depresión.
- Educar y lograr el autocontrol emocional.
- Mejorar la comunicación de los sentimientos y emociones.
- Ampliar las relaciones interpersonales controlando los enfados y actos violentos que afecten a su comportamiento.
- Desarrollar y mejorar la atención y la memoria.

## TERCER CICLO

- Crear las bases de un bienestar psicológico que defina una personalidad equilibrada dispuesta a enfrentarse a los cambios que se le plantean próximamente.
- Establecer las bases de una buena salud física, previniendo enfermedades como la inestabilidad, la angustia, el miedo y la depresión.
- Afianzar la capacidad para tomar soluciones según nuestras emociones.
- Mejorar relaciones controlando enfados, actos violentos, etc, que afecten a su comportamiento.
- Desdramatizar los problemas reforzando los puntos de la solución de conflictos.

## ACTIVIDADES INFANTIL

- Acogida e integración de los alumnos/as en el aula y en el centro escolar.
- Presentación, adecuada al nivel, de las normas de funcionamiento y convivencia.
- Recogida de información (datos personales, características del grupo, detección de alumnado con NEE, revisión de expedientes, entrevistas con los padres y otros profesores anteriores si es posible.
- Proceso de elaboración y organización de un buen plan de trabajo individual ( uso de la agenda escolar)
- Creación de un clima de tolerancia y comprensión entre el grupo con el aprendizaje gradual de las habilidades necesarias para el desarrollo integral, entre otras actividades , la realización de asamblea a lo largo de la mañana, es un tiempo dedicado a una toma de contacto personal entre los alumnos y profesores, comunicando el estado de ánimo, preocupaciones, experiencias vividas, etc. También se dedican unos minutos después del recreo a la relajación para que los alumnos/as recuperen la calma necesaria para continuar con la programación establecida.
- Se realizarán distintas actividades inter-ciclos durante el curso escolar, en búsqueda de la mejora de las relaciones interpersonales y de su socialización.
- Se realizarán actividades para mejorar la resolución de conflictos.
- Organización de actividades complementarias que afiancen los logros alcanzados dentro del aula. (salidas, charlas etc.)
- Participación activa en todas la actividades que se realizan desde la Pastoral del centro: Inicio de curso, día del maestro, Adviento, Cuaresma, Día del centro, etc.
- Desarrollar el trabajo intelectual.

## ACTIVIDADES PRIMER CICLO

- Asambleas.
- Realizar un recorrido por el colegio mostrando las instalaciones, los espacios y las dependencias y servicios, nuestra aula...
- Presentación individualizada de alumnos y profesores.
- Elaboración de normas para dentro y fuera del aula.

- Relajación después del recreo. Autonomía y orden.
- Establecimiento de pautas para la resolución de conflictos: dialogo, escucha...
- Entrevistas con la familia, para recoger información.
- Entrevista con profesores si el del centro y revisión del expediente si es de otro centro.
- Entrevista personal con el alumno.
- Técnicas de expresión oral: asambleas, contar cuentos...
- Desarrollar juegos cooperativos donde se busque incluir a todos desarrollando el interés por participar.
- Juegos para desarrollar las habilidades sociales: conocer las emociones que sienten, pedir disculpas por haber hecho algo mal, intentar comprender lo que sienten los demás, comprender el enfado de la otra persona...
- Realizar juegos con puzzles, juegos de diferencias, buscar objetos dispersos en láminas, sopas de letras, juegos de mesa, actividades lógico-matemáticas, desafíos matemáticos, escucha de audiciones, para mejorar la atención.
- Relajación, masaje con contacto físico positivo encaminadas a ofrecer relajación muscular del propio cuerpo y de los demás.
- Escuchas de audiciones relajantes y audiciones guiadas.
- Realizar salidas complementarias y actividades extraescolares: celebración de navidad, día de la paz, semana del centro, lecturas inter-ciclos, recreos...
- El uso de las TICs
- Salidas, visitas a exposiciones, museos, conciertos, feria del libro...
- Añadir la preparación previa de las actividades de Pastoral.

## ACTIVIDADES DEL SEGUNDO CICLO

### TERCERO

- Enseñar a los alumnos imágenes con rostros que expresen cada una de las emociones básicas: alegría, tristeza, enfado, miedo, sorpresa y asco.
- Asociación de cada sentimiento con la emoción que le pertenece.
- Pedir a los alumnos que expresen una emoción en su rostro mientras los demás tratan de adivinar cuál es. El repertorio de emociones puede ser el siguiente: (ira/enfado: rabia, indignación, cólera; alegría: satisfacción, felicidad, contento, júbilo, optimismo; tristeza: pena, desánimo, decepción, pesimismo; miedo: temor, recelo, pánico, susto.)
- Identificar la expresión emocional en uno mismo. Para ello, se puede utilizar un espejo para que cada alumno pueda ver sus emociones reflejadas.
- Identificar la intensidad de la emoción expresada. Se le puede indicar a los alumnos que expliquen qué cara está más enfadada, quién está menos sorprendido, quién siente más miedo, etc.
- Identificar, en personajes de programas de televisión, las emociones básicas y algunas secundarias.
- Presentar a los alumnos diferentes situaciones y pedirles que identifiquen las emociones que se sienten: (cuando un compañero le insulta, si un compañero

les molesta durante la clase, si un compañero les felicita por una buena acción con buenas palabras...) PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ANTERIORES NOS PODEMOS SERVIR DE LA PÁGINA 13 DE LA GUIA DE RECURSOS DEL SEGUNDO CICLO PRIMARIA ED EDELVIVES.

- Preguntar a los alumnos por qué es bueno que expresemos las emociones que sentimos. Luego, hacer una puesta en común.
- Emplear el siguiente texto para comentarlo con alumnos.

*Es bueno expresar las emociones que tenemos para sentirnos bien. Si estamos enfadados con alguien, se lo podemos comunicar adecuadamente “Quiero que sepas que eso que has dicho me ha molestado porque...”*

*Si estamos preocupados por algo que ocurre, se lo podemos contar a nuestro amigo/a y seguro que nos ayudará a tranquilizarnos. Si estamos ilusionados con alguna actividad o con algún proyecto, también debemos expresarlo para que los demás conozcan cómo nos sentimos y para animarles también a ellos.*

*Si nos sentimos tristes, apenados o malhumorados también podemos expresarlo a alguien que nos comprenda y nos ayude*

- Preguntar a los alumnos cuándo no expresamos bien las emociones. Por ejemplo: cuando gritamos mucho e insultamos, cuando agredimos a alguien porque estamos enfadados, cuando estamos en silencio sin decir nada porque estamos preocupados, cuando tenemos mucho miedo de algo o de alguien y no lo contamos, etc.
- Hacer una lista de emociones que expresaremos en un role play por parejas.
- Realizar un mural con dibujos de caras que expresen emociones y las formas adecuadas de comunicarlas a los demás.
- Enumerar y describir varias situaciones que se producen en la convivencia diaria en las que sea muy importante expresar cómo nos sentimos.
- Imaginar situaciones (escolares y familiares) en las que expresamos nuestros sentimientos y emociones. Por ejemplo: No has conseguido algo que tú querías; Tu hermano está molesto contigo; Tus padres te dicen que no has hecho los deberes; Un amigo te felicita. PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ANTERIORES NOS PODEMOS SERVIR DE LA PÁGINA 19 DE LA GUIA DE RECURSOS DEL SEGUNDO CICLO PRIMARIA ED EDELVIVES.
- Explicar a los alumnos que algunos estados de ánimo son muy adecuados para realizar tareas relacionadas con el aprendizaje. Por ejemplo, sentirse alegre, satisfecho, tranquilo o entusiasmado permite atender adecuadamente, acordarse mejor de lo que se aprende, tener más imaginación para pensar, etc.
- Recaltar la importancia de los mensajes positivos cuando realicen sus tareas escolares. Por ejemplo que ante una tarea de Matemáticas o de Lengua, Piensen: “He sido capaz de hacerlo bien”, “Lo he resuelto con atención”, “Yo puedo y soy capaz de hacer una tarea muy bien”.
- Hacer un listado de pensamientos positivos y otro de negativos. Después, seleccionar aquellos que pueden ser útiles para aprender mejor. Por ejemplo:



“No seré capaz de hacerlo”, “Siempre me sale mal” o “Lo podré hacer prestando atención”, “Me ha salido un poco mejor. Esto funciona”.

- Presentar a los alumnos dos listas: una con estados de ánimo positivos y otra con estados de ánimo negativos. Debatir cuáles son más adecuados para realizar actividades de clase. Por ejemplo, si queremos que un dibujo nos salga muy bien, ¿qué será mejor?, ¿estar tranquilo o enfadado?
- Explicar a los alumnos que según lo que piensen así se sentirán. Por ejemplo, si piensan “esto no seré capaz de hacerlo bien” entonces se sentirán desanimados. Pero, si piensan “Lo podré conseguir si me esfuerzo un poco”, entonces se sentirán esperanzados, ilusionados y animados.
- Proponer a los alumnos conductas adecuadas de ayuda y apoyo emocional para los compañeros que tienen estados de ánimo negativos. Por ejemplo: ¿Qué le dirías a un niño que está apenado? ¿Cómo ayudarías a alguien con quien nadie quiere jugar?
- Hacer preguntas a los alumnos para que mejoren su estado de ánimo. Por ejemplo Si estás preocupado, ¿qué deberías pensar para tranquilizarte? Si estás triste, ¿qué deberías pensar para animarte?
- Explicar a los alumnos que cuando están enfadados, preocupados o tristes los pensamientos negativos no les ayudan a aprender ni a sentirse bien. PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ANTERIORES NOS PODEMOS SERVIR DE LA PÁGINA 21 DE LA GUIA DE RECURSOS DEL SEGUNDO CICLO PRIMARIA ED EDELVIVES.
- Animar a los alumnos a que relaten situaciones en las que pierden el control, se ponen furiosos y reaccionan de modo inadecuado o violento. Preguntar cuál fue la causa, qué síntomas tenían, cómo y cuándo terminaron, qué ocurrió al final, si consiguieron lo que querían... Abrir un debate y terminar con esta conclusión: “Está bien enfadarse si existe un motivo para ello. Pero debemos aprender a expresar nuestra molestia o indignación con otra persona a través de las palabras, con firmeza, pero con respeto y sin ofender.
- Proponer a los alumnos que practiquen sus respuestas expresivas en situaciones que les pueden provocar enfado. Por ejemplo: Un compañero te ha insultado y tú le respondes serenamente pero con firmeza; Un compañero te ha empujado y te has hecho daño. Estás muy enfadado pero tú eres inteligente y podrás expresarle cómo te sientes; Un compañero no te ha prestado una cosa que le has pedido y estás enfadado. Tú sabes cómo decirle que estás indignado.
- Modelar diversos tipos de respuestas como consecuencia de la emoción de enfado, ira o rabia para que los alumnos aprendan a distinguir entre sus emociones y sus acciones o respuestas. Por ejemplo, el alumno que empieza a insultar, agredir, molestar; el alumno que no dice nada y se pone a llorar; el que se defiende verbalmente recriminando la conducta del otro. Si es necesario se puede emplear el role play para realizar estas simulaciones. Finalmente, el alumno debe aprender que hay respuestas inteligentes para hacer frente al enfado.

- Explicarles que el enfado se puede expresar de manera asertiva, exponiendo la situación que nos ha molestado, lo mal que nos hemos sentido por lo que el otro ha hecho y pidiéndole que cambie su conducta. Deben evitarse los mensajes de acusación personal y centrarse en el daño emocional provocado y en las acciones del otro. PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ANTERIORES NOS PODEMOS SERVIR DE LA PÁGINA 27 DE LA GUIA DE RECURSOS DEL SEGUNDO CICLO PRIMARIA ED EDELVIVES.
- Conocer las emociones que tienen lugar en las relaciones entre compañeros. Debatir qué se siente en las siguientes situaciones: Cuando un compañero insulta a otro, ¿cómo se sentirá la persona insultada? ¿cómo se sentirá la persona que insulta?; Cuando alguien hace comentarios en voz alta para que los demás se rían mientras el profesor está explicando, ¿a quien perjudica? ¿por qué? ¿cómo se sentirá el maestro/a? ¿cómo se sentirán los alumnos?; Una compañera te ha prestado sus lápices. Después de utilizarlos, no se lo agradeces, ¿es adecuado o no el comportamiento? ¿cómo se sentirá ella? ; Un alumno se ríe de un fallo de otro delante de todos, ¿cómo se sentirá el primer alumno? ¿y el segundo? ¿por qué piensas que lo ha hecho?
- Conocer los motivos de un conflicto. Para ello, preguntar para cada una de las situaciones anteriores: ¿Por qué lo puede haber hecho?
- Promover soluciones a las situaciones expuestas en la actividad anterior (Conocer las....)
- Prever consecuencias o plantear hipótesis sobre las anteriores situaciones. Por ejemplo: si el primer alumno le pide perdón al segundo ¿Qué pasaría?
- Preguntar a los alumnos por los problemas o conflictos que ocurren en clase, en el patio o en cualquier dependencia del centro escolar. Elaborar un listado de situaciones para ser tratadas en debate evitando la personalización y la culpabilización.
- Enseñar a los alumnos que en todas estas situaciones se producen estados de ánimo negativos que es necesario identificar para conocerlos y actuar adecuadamente.
- Enseñar a los niños a evaluar las consecuencias de sus acciones, incluyendo la manera de decidir entre varias elecciones posibles y la de anticipar lo que ocurrirá. PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ANTERIORES NOS PODEMOS SERVIR DE LA PÁGINA 29 DE LA GUIA DE RECURSOS DEL SEGUNDO CICLO PRIMARIA ED EDELVIVES.

#### CUARTO

- Preguntar a los alumnos qué estados de ánimo les producen estas situaciones escolares: Observas a dos compañeros que están peleándose; Un compañero te insulta; El maestro/a te dice que te estás esforzando mucho en una tarea; Un amigo tuyo está triste por algún motivo; Alguien se hace el gracioso diciendo motes cuando estáis hablando varios compañeros.

- Enumerar situaciones de clase y de la vida escolar que sean emocionalmente satisfactorias. Luego, enumerar las que sean emocionalmente insatisfactorias.
- Proponer a los alumnos que observen una conversación informal entre dos personas. Después, preguntarles: ¿Qué persona estaba o parecía enfadada? ¿Cuál de ellas se sentía decepcionada?
- La actividad “Preguntar a los alumnos...” se puede ampliarse aumentando el número de situaciones escolares. Luego, se puede realizar un debate y asignar una etiqueta emocional a cada una de esas situaciones para concienciar a los alumnos de qué información emocional se puede obtener de ellas. Además, se pueden realizar valoraciones de tales situaciones referidas a su valencia afectiva: agradable/desagradable, atractiva/repulsiva, interesante/aburrida, adecuada/inadecuada, respetuosa/irrespetuosa, etc.
- A través de las simulaciones del role play, observar diferentes reacciones emocionales en los demás. Se puede preparar un guion con diferentes estados emocionales que deberán ser observados en los protagonistas de la interacción dramatizada. PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ANTERIORES NOS PODEMOS SERVIR DE LA PÁGINA 37 DE LA GUIA DE RECURSOS DEL SEGUNDO CICLO PRIMARIA ED EDELVIVES.
- Señalar cuáles de estas situaciones son positivas, o sea, producen un buen estado de ánimo: (colaborar en clase con varios compañeros, soportar el disgusto cuando alguien nos está molestando, acordarse solamente de las cosas negativas, recordar lo bien que se ha pasado durante una actividad, solucionar un conflicto con un compañero serenamente y sin enfrentamientos.
- Describir otras situaciones escolares, personales y familiares que sean positivas y resulten agradables de recordar.
- Pedir a los alumnos que indiquen qué estados de ánimo son favorables o positivos y ayudan a hacer mejor las tareas de clase. Elegir de una lista preestablecida en la que aparezcan los siguientes: buen humor, agrado, decepción, indignación, terror, paciencia, venganza, serenidad...
- Realizar ejercicios mentales de visualización. Consisten en imaginarse a uno mismo estando contento, sintiéndose optimista, serenando a otro compañero enfadado, tranquilizando a alguien que está preocupado, etc.
- Proporcionar a los alumnos mensajes positivos acerca de la importancia de atender a las emociones positivas y a los estados de ánimo favorables, que permiten aumentar el bienestar personal.
- Explicar a los alumnos que los estados de ánimo dependen de los sentimientos que se tengan. Por ejemplo, si un niño tiene sentimientos de decepción, frustración o vergüenza, estará desanimado, triste o deprimido. Por el contrario, si un niño tiene sentimientos de afecto, agrado, estima o contento, su estado de ánimo será optimista. PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ANTERIORES NOS PODEMOS SERVIR DE LA PÁGINA 39 DE LA GUIA DE RECURSOS DEL SEGUNDO CICLO PRIMARIA ED EDELVIVES.

- Analizar un conflicto entre compañeros desde la perspectiva de las emociones y los sentimientos que tienen lugar. Por ejemplo: Un niño ha insultado a otro y este le ha empujado. Finalmente, los dos han sido castigados por mal comportamiento. ¿Cómo se ha sentido el segundo cuando el primero lo ha insultado? ¿cómo se ha sentido el segundo cuando el primero lo ha empujado? ¿Cómo se han sentido cuando han sido castigados?
- Proponer a los alumnos que expliquen circunstancias en las que les haya sido útil sentirse ilusionados por algún propósito. Por ejemplo: “Ayudé a un amigo a hacer una tarea y me dio las gracias. Yo me sentí muy bien”
- Presentar esta situación a los alumnos: “Después de enfadarte mucho con un amigo o compañero” ¿qué beneficio obtuviste? ¿Para qué te sirvió? ¿Qué aprendiste? A continuación, presentar esta otra situación: “Después de haberte mostrado amable y comprensivo con un compañero tuyo, ¿cómo se ha sentido él? ¿cómo te sentiste tú?”
- Adecuar el ejemplo de la actividad ( analizar un conflicto entre...) a los conflictos interpersonales que habitualmente tienen lugar en el aula o en el colegio.
- Aumentar el número de situaciones o circunstancias personales en las cuales los alumnos han tenido estados de ánimo que les han servido para alguna finalidad.
- Proponer otros ejemplos parecidos a la actividad (Presentar esta situación...) intentando que sean del contexto escolar, referidos a situaciones propias del aula. PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ANTERIORES NOS PODEMOS SERVIR DE LA PÁGINA 49 DE LA GUIA DE RECURSOS DEL SEGUNDO CICLO PRIMARIA ED EDELVIVES.
- Pedir a los alumnos que describan situaciones que les produzcan ansiedad, temor preocupación y enfado.
- Proponer comportamientos adecuados para calmarse emocionalmente. Por ejemplo: “ cuando una persona está muy nerviosa es bueno que intente relajarse, respirar lenta y profundamente y decirse a si misma que debe tranquilizarse, que es bueno que se serene, y que lo está consiguiendo poco a poco”; cuando una persona está triste es bueno que se diga cosas agradables a si misma, que intente hacer alguna actividad o llamar a alguien para que le ayude.
- Solicitar a los alumnos que aporten las estrategias que emplean cuando quieren regular sus emociones de ira, enfado o rabia.
- Plantear hipótesis de actuación. Por ejemplo: “si un compañero tuyo está triste y tú quieres ayudarlo ¿Qué le dices? “ “si un amigo se ha molestado contigo por algún motivo y tú no quieres que se disguste tanto, ¿Qué harías?, etc.
- Adoptar las propuestas de la actividad (Pedir a los alumnos que describan...) en sentido interpersonal, es decir, el alumno debe hacer eso mismo dirigido a algún compañero que necesita ser tranquilizado porque está alterado, debe ser animado porque está triste o debe calmarse porque está enfadado. PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ANTERIORES NOS PODEMOS SERVIR DE LA

### ACTIVIDADES DEL TERCER CICLO

- Acogida e integración de los alumnos/as en el aula y en el centro escolar.
- Presentación, adecuada al nivel, de las normas de funcionamiento y convivencia.
- Recogida de información (datos personales, características del grupo, detección de alumnado con NEE, revisión de expedientes, entrevistas con los padres y otros profesores anteriores si es posible.
- Proceso de elaboración y organización de un buen plan de trabajo individual ( uso de la agenda escolar)
- Creación de un clima de tolerancia y comprensión entre el grupo con el aprendizaje gradual de las habilidades necesarias para el desarrollo integral, entre otras actividades , la realización de asamblea a lo largo de la mañana, es un tiempo dedicado a una toma de contacto personal entre los alumnos y profesores, comunicando el estado de ánimo, preocupaciones, experiencias vividas, etc. También se dedican unos minutos después del recreo a la relajación para que los alumnos/as recuperen la calma necesaria para continuar con la programación establecida.
- Se realizarán distintas actividades inter-ciclos durante el curso escolar, en búsqueda de la mejora de las relaciones interpersonales y de su socialización.
- Se realizarán actividades para mejorar la resolución de conflictos.
- Organización de actividades complementarias que afiancen los logros alcanzados dentro del aula. (salidas, charlas etc.)
- Participación activa en todas la actividades que se realizan desde la Pastoral del centro: Inicio de curso, día del maestro, Adviento, Cuaresma, Día del centro, etc.
- Desarrollar técnicas de estudio y de trabajo intelectual.

### METODOLOGÍA

Se basa en cinco principios fundamentales que se aplican tanto en la Etapa de Infantil, como en la de Primaria, con las adaptaciones correspondientes según las características y necesidades de los alumnos/as.

**Principio de comunicación:** Todas las actividades se realizan a través de una comunicación fluida y sistemática con los alumnos/as, ya que educar y orientar es compartir significados, es comprender lo que me rodea y a los que me rodean, es poder expresar los pensamientos, sentimientos, ideas u opiniones a otros.

**Principio de autonomía:** La persona que aprende es la protagonista del proceso de enseñanza y orientación. La acción docente gira sobre sus necesidades, capacidades, intereses, etc, para su propio proyecto vital.

Principio de personalización: Las actuaciones que se realizan responden a la singularidad de cada persona, atendiendo a todos los ámbitos de su desarrollo: físico, social, cognitivo, afectivo y social.

Principio de intervención global: Formamos y educamos a nuestros alumnos/as para que sepan desenvolverse en un contexto social lo más amplio posible.

Principio de actividad: Las actividades planteadas pretenden conseguir la implicación efectiva y afectiva del alumnado, del profesorado y de las familias.

## EVALUACIÓN

Se basará en la observación sistemática del proceso y en la valoración sistemática del proceso y en la valoración de las actividades realizadas. Todo ello se valorará en las reuniones de ciclo intermedias y en las sesiones de evaluación. La evaluación será siempre de carácter informativo con aportaciones de datos que permitan constatar las necesidades que se detectan y ayuden a poner en práctica las soluciones adecuadas.