



EDUCACIÓN EMOCIONAL EN ACCIÓN

TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y TEATROTERAPIA EN EL AULA

CURSO 2023/2024



La Incorporación de la Inteligencia Emocional a través de Dinámicas Teatrales en el Aula: Un Enfoque Transformador para el Aprendizaje.

La inclusión de la inteligencia emocional a través de dinámicas teatrales en el aula representa una innovación educativa poderosa que puede tener un impacto significativo en el desarrollo integral de los estudiantes. En este documento, exploraremos los fundamentos de esta estrategia pedagógica y destacaremos los beneficios tanto para el alumnado como para los docentes. Nuestro objetivo es presentar una perspectiva atractiva y convincente que inspire a docente y alumnos y ayude a la implementación de este enfoque en las escuelas.

Fundamentos de la Inteligencia Emocional a través del Teatro:

- 1. Desarrollo de Habilidades Sociales:** El teatro fomenta la empatía, la comunicación efectiva y la colaboración. Los estudiantes aprenden a comprender las emociones y perspectivas de los demás, habilidades esenciales para relaciones interpersonales saludables.
- 2. Autorregulación Emocional:** Las dinámicas teatrales ayudan a los estudiantes a identificar y gestionar sus emociones. Aprenden a expresar sus sentimientos de manera constructiva, lo que contribuye a un ambiente escolar más armonioso.
- 3. Creatividad y Pensamiento Crítico:** El teatro estimula la imaginación y la creatividad, y fomenta el pensamiento crítico al analizar y comprender los personajes y las situaciones. Esto puede enriquecer la resolución de problemas y la toma de decisiones.
- 4. Autoconfianza y Autoestima:** Actuar mejora la autoconfianza de los estudiantes. Les brinda la oportunidad de enfrentar desafíos, superar la timidez y desarrollar una imagen positiva de sí mismos.

Beneficios para el Alumnado:

Mejora en el Rendimiento Académico: La inteligencia emocional fortalece la concentración y la capacidad de aprendizaje. Los estudiantes emocionalmente equilibrados tienden a obtener mejores resultados académicos.

Habilidades para la Vida: Los estudiantes adquieren habilidades esenciales para la vida, como la gestión del estrés, la resolución de conflictos y la toma de decisiones informadas, que son aplicables en situaciones cotidianas.

Desarrollo Integral: La inteligencia emocional promueve un desarrollo integral, abarcando lo emocional, social y cognitivo. Esto les prepara para una vida más satisfactoria y exitosa.

Beneficios para los Docentes:

Ambiente de Aula Positivo: Las dinámicas teatrales fomentan un ambiente de aula más positivo y colaborativo. Los docentes pueden disfrutar de un grupo de estudiantes emocionalmente inteligentes y dispuestos a participar.

Satisfacción en la Enseñanza: Ver el progreso emocional y cognitivo de los estudiantes puede ser altamente gratificante para los docentes, aumentando su satisfacción en la enseñanza.

Gestión de Conflictos: Los docentes pueden utilizar las técnicas de inteligencia emocional para gestionar conflictos de manera efectiva en el aula y fomentar la resolución pacífica de problemas.

Conclusión:

La incorporación de la inteligencia emocional a través de dinámicas teatrales en el aula es una inversión valiosa en el bienestar y el éxito de los estudiantes, así como en el desarrollo de habilidades cruciales para el siglo XXI. Este enfoque es una oportunidad para enriquecer la experiencia educativa de nuestros niños y niñas, preparándolos para un futuro brillante y emocionalmente inteligente.



EL TALLER: “EDUCACIÓN EMOCIONAL EN ACCIÓN”

- El taller “Educación emocional en acción” consta de **3 sesiones** a realizar cada una de ellas en un trimestre escolar.
 - Primera sesión: Entre octubre y diciembre.
 - Segunda sesión: Entre enero y marzo.
 - Cuarta sesión: Entre abril y junio.
- Duración de cada sesión:
 - En Ed. Primaria y 1º E.S.O. tiene una duración de 90 minutos.
 - En Ed. Infantil: tiene una duración de 60 minutos.
- Dirigido a alumnado de:
 - Ed. Infantil.
 - Ed. Primaria.
 - 1º E.S.O.

PROGRAMACIÓN DEL TALLER DIRIGIO A PRIMARIA Y SECUNDARIA:

Sesión 1: Fortalecimiento de la Autoestima.

Objetivos
Establecer un ambiente positivo y de participación.
Comprender la importancia de la autoestima y la imagen de sí mismo.
Fomentar la autoaceptación y la apreciación de las cualidades personales.
Practicar la comunicación de sentimientos positivos sobre uno mismo.
Reforzar la autoestima a través del teatro y la representación.
Compartir experiencias y aprender a valorar las cualidades personales.

Sesión 2: Potenciando la Motivación

Objetivos
Establecer un ambiente positivo y de participación.
Comprender qué es la motivación y por qué es importante.
Fomentar la motivación intrínseca y el establecimiento de metas personales.
Identificar objetivos personales y cómo lograrlos.
Aprender a abordar desafíos y obstáculos de manera positiva.
Compartir objetivos y estrategias para mantener la motivación.

Sesión 3: Resolución de Conflictos

Objetivos
Establecer un ambiente positivo y de participación.
Comprender la importancia de la resolución pacífica de problemas.
Practicar la empatía y la comprensión de las emociones de los demás.
Aprender a representar y resolver conflictos a través del teatro.
Identificar soluciones constructivas a problemas comunes.
Compartir estrategias para la resolución de conflictos en la vida cotidiana.

*Las actividades se adaptan al nivel de los participantes, fomentando un ambiente de apoyo y respeto en todas las sesiones.

PROGRAMACIÓN DEL TALLER DIRIGIO A ED. INFANTIL 3, 4 y 5 años:

Sesión 1: Calma y Técnicas de Relajación (1 hora)

--

Objetivos

Establecer un ambiente positivo y de participación.

Introducir la importancia de la calma y la relajación.

Enseñar técnicas de relajación simple, como la respiración profunda.

Expresar la calma y la paz a través del arte.

Compartir cómo se sienten después de las actividades de relajación.

Sesión 2: Trabajo en la Autoestima (1 hora)

Objetivos

Establecer un ambiente positivo y de participación.

Introducir la importancia de la autoestima y la confianza.

Fomentar la autoaceptación y el reconocimiento de las cualidades.

Reforzar una imagen positiva de sí mismos.

Expresar lo que los hace sentirse valiosos y especiales.

Compartir experiencias y reflexiones sobre la autoestima.

Sesión 3: Trabajo en la Empatía (1 hora)

Objetivos

Establecer un ambiente positivo y de participación.

Introducir la importancia de la empatía y la comprensión de emociones.

Practicar la identificación y expresión de emociones.

Representar y discutir situaciones emocionales.

Practicar la escucha activa de las emociones de los demás.

Representar situaciones de conflicto y buscar soluciones.

Reflexión sobre lo aprendido en empatía y comunicación emocional.

PROGRAMACIÓN DEL TALLER DIRIGIO A ED. INFANTIL 2 años:

Sesión 1: Explorando Emociones Básicas

Objetivos

Crear un ambiente positivo y acogedor.

Introducir las emociones básicas: alegría, rabia, tristeza, miedo y calma.

Actuar emociones para que los niños las imiten y conozcan su implicación corporal y emocional.

Sesión 2: Técnicas de Relajación

Objetivos

Establecer un ambiente relajante.

Practicar respiración profunda y relajación con movimientos.

Practicar la relajación a través de juego de estatuas.

Cantar una canción suave y calmante.

Masajear suavemente la espalda de un compañero.

Compartir cómo se sienten después de las actividades de relajación.

Sesión 3: Trabajando la Rabia y la Regulación Emocional

Objetivos

Crear un ambiente positivo para hablar sobre la rabia.

Permitir que los niños expresen la rabia de manera controlada.

Cantar una canción sobre la calma.

Actuar situaciones de conflicto y buscar soluciones pacíficas.

Bailar de manera enérgica para liberar la energía de la rabia.

Compartir estrategias para manejar la rabia y promover la calma.

INFORMACIÓN Y CONTACTO:

ArtCrear, espai artístic i terapèutic

Núria Garcia Martínez y Salvador Ronda Savall

Telf: 697 895 941

Email: espaiartcrear@gmail.com



