

Se ofrecerán diferentes estrategias que ayuden a expresar libremente las emociones gestionándolas de manera correcta. Hay que gestionar las emociones positivas y negativas e identificarlas para poder brindar a los alumnos los apoyos que requieran		
Regulación emocional Reducir la impulsividad, iniciar a los alumnos en el control de su propia conducta y obtener estrategias para situaciones de tensión	El cuento de la tortuga	Se explicará el cuento de la tortuga Sabia. Se aprenderá una estrategia para relajarse cuando se enfaden. Se creará un cartel con los pasos a seguir para recordarlo siempre
Descripción:	La maestra preparará en la clase una caja con el cuento de la tortuga sabia (Cano, 2010) y un peluche de una tortuga. Cuando los alumnos entren a clase preguntará qué puede haber dentro de la caja	
 	Dejará unos minutos para que los alumnos hagan sus conjeturas y se cree un ambiente de curiosidad por lo que hay dentro. Después abrirá la caja y, enseñará lo que hay, un cuento y un peluche de tortuga	
	Entonces los alumnos se colocarán en semicírculo para que la maestra explique el cuento. Utilizará la tortuga como marioneta para que los niños y niñas mantengan la atención en todo momento. A medida que se va explicando el cuento se irán practicando las técnicas de la tortuga sabia para no enfadarse y para que se controlen manteniendo la calma	
Las técnicas para recoger información que utilizará la maestra son: principalmente la observación directa y la escucha activa poniendo atención a diferentes situaciones que surjan en el aula, a los comentarios de los alumnos	Después de leer el cuento se dejará un espacio para que los alumnos comenten si les ha gustado o no y por qué. Además, se aprovechará para preguntar si ellos también tienen situaciones parecidas en su casa que expliquen cómo actúan ante estas situaciones y que expongan como actuarán a partir de la lectura del cuento y justifiquen sus respuestas	
https://www.youtube.com/watch?v=riwGSIUkXR8	Por último, entre todos harán un cartel en una cartulina grande con los pasos a seguir cuando se enfadan y se colocará en la clase donde todos puedan verlo	
Como Me siento	Identificar las emociones a partir de diferentes situaciones (plantear cómo se sintieron en cuarentena, que vivieron y su familia? y comprobar que los demás pueden sentir lo mismo o no en una misma situación (vincular esos sentimientos a diferentes figuras y hablar de ellos.	
Mi héroe eres tú. A partir de una encuesta global dirigida a evaluar la salud mental y bienestar psicológico de niños, adolescentes y cuidadores durante la pandemia de coronavirus, expertos de todo el mundo, incluido UNICEF, lanzaron esta historia dirigida a niños de entre 5 y 11 años con el fin de ayudarles a afrontar y manejar sus emociones sobre el impacto del virus. 	La maestra hará diferentes preguntas sobre este tiempo en pandemia, que cuestione que vivieron y cómo lo vivieron, ¿cómo se sintieron, ¿qué podrían hacer? ¿Qué necesitan?	
DIAGNOSTICO SOCIOEMOCIONAL DEL ALUMNO:	Grado/Grupo	

Cuando sentimos tristeza... 	¿Qué cosas me hacen sentir o me hicieron sentir triste? ¿Porqué?
Cuando sentimos miedo... 	¿Qué cosas me hacen sentir o me hicieron sentir miedo? ¿Por qué? ¿Qué puedo hacer para vencer el miedo?
Cuando sentimos enojo... 	¿Qué cosas me hacen enojar o me hicieron enojar? ¿Porqué? ¿Cómo puedo tranquilizarme?
Este(a) soy yo (que el alumno (a) se dibuje)	
Esta es mi familia (que la dibuje)	

NOMBRE DEL ALUMNO			
Le pone nombre a las diferentes emociones?	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
Reconoce e identifica las emociones?	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
Relaciona las emociones con situaciones propias?	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
Aplica algún recurso para enfrentar lo que siente?	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
Se muestra triste?	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
No participa?	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
Es indiferente a las actividades?	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
¿Muestra preocupación excesiva?	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
OBSERVACIONES/APOYOS REQUERIDOS			
DIFICULTADES OBSERVADAS			
FORTALEZAS			