

Programa de inteligencia emocional

Dirigido a niños/as de 2 a 6 años

El programa de inteligencia emocional pretende ser una ayuda para formar a nuestros niños/as como personas emocionalmente sanas, personas que tengan una actitud positiva ante la vida, que sepan expresar y controlar sus sentimientos, que conecten con las emociones de otras personas, que tengan autonomía y capacidad para tomar decisiones adecuadas y puedan superar las dificultades y conflictos que inevitablemente surgen en la vida.

La inteligencia emocional engloba todas aquellas capacidades que nos permiten resolver problemas relacionados con las emociones y los

sentimientos. Para ser felices es más importante saber descifrar lo que nos ocurre y actuar en consecuencia, que tener almacenados muchos conocimientos y no saber hacer uso de ellos. La educación emocional busca el crecimiento integral de las personas para conseguir un mayor bienestar en la vida (Moreno, 2001).

El niño/a es capaz de reconocer emociones positivas o negativas desde los primeros meses de vida.

Las emociones infantiles son mucho más ricas de lo que los niños/as son capaces de expresar, saben discriminar las emociones, antes de ser capaces de nombrarlas.

Objetivos generales

- Conocerse a sí mismo y valorarse
- Expresar emociones y sentimientos con la palabra y el cuerpo
- Aceptarse y estar contento con uno mismo
- Ser capaz de saludar, agradecer, perdonar, pedir permiso
- Trabajar en grupo

Actividades

Las actividades que se proponen se trabajarán en 9 bloques que serán repartidos durante el año escolar.

- **Autoconocimiento, Autonomía, Autoestima, Comunicación, Habilidades sociales, Escucha, Solución de conflictos, Pensamiento positivo, Asertividad.**

Se trabajarán estos conceptos a través de cuentos, juegos, dinámicas, expresión plástica, expresión lingüística, dirigidas a tal finalidad. Teniendo en cuenta los gustos y preferencias de los niños/as y empleando una metodología lúdica educativa

Cursos: temporada otoño/invierno, las clases darán comienzo el lunes 19 de noviembre.

Clases comunicativas atención personalizada

Ubicación: Centro social (encima de la biblioteca)

Atención: Mamen (Educadora infantil) 691538470