



ARTCREAR



Excma. Ajuntament de Novelda

TALLER

Desarrollando la Inteligencia Emocional
a través del teatro en el aula

Dirigido a Ed. Infantil y Primaria



1. FUNDAMENTACIÓN:

La infancia es el momento en el que mejor se adquieren los aprendizajes, y el manejo de las emociones es fundamental para el buen desarrollo personal del niños o niña, en el que se encuentra la base del resto de aprendizajes.

Las emociones, son grandes condicionantes de nuestra conducta y pueden determinar nuestra manera de afrontar la vida. Emoción, pensamiento y acción, son tres elementos muy relacionados, presentes en todo aquello que hacemos a diario.

La comprensión y el control de las emociones puede resultar imprescindible para nuestra integración en sociedad, pero si esta falla, nos convertiremos en personas inadaptadas, frustradas e infelices.

Desarrollar la inteligencia emocional desde niños ayuda a comprender y autoregular las emociones de forma saludable, además, de fomentar el autoconocimiento, desarrollar la autoestima, la empatía y la motivación.

Por otro lado, el teatro, es un medio ideal de acción, una actividad que permite conectar con uno mismo, ya que se trabaja con el propio cuerpo, la propia mente y las emociones propias. El teatro, también permite fomentar la autoestima, al ponerse en el lugar de otros personajes, y además, es una actividad colectiva, que necesita del trabajo en grupo para poder llevarse a cabo. Todo ello, lo convierte en la herramienta ideal para trabajar todos los aspectos de la inteligencia emocional.

Proponemos un taller práctico y vivencial en el que, a través de diferentes dinámicas teatrales, se trabajan todos los aspectos necesarios para desarrollar la inteligencia emocional de los alumnos, al mismo tiempo que el tutor/tutora conoce diferentes herramientas que podrá emplear en clase para seguir desarrollando la inteligencia emocional con sus alumnos y alumnas.

2. METODOLOGÍA:

La metodología de este taller será a través de la participación activa de los componentes del grupo como objetivo de experimentar y aprender unos de otros para llegar a la comprensión integral de los objetivos del taller a través de dinámicas prácticas que favorecen este fin.

Se mezclan técnicas como: Teatro Terapéutico, Inteligencia Emocional, cuentoterapia, Mindfulness, Psicodrama y arteterapia cuidando siempre la creatividad, el juego y el humor.

3. CONTENIDO:

El contenido del taller se divide en **3 sesiones** que recomendamos realizar cada una en un trimestre escolar.

PARTE 1 (Primer trimestre):

- Escucha activa, atención y concentración.
- Autoconocimiento:
 - Autoconcepto y autoestima.
- Regulación emocional I :
 - Expresión de emociones.
 - Vocabulario emocional.

PARTE 2 (Segundo trimestre):

- Regulación emocional II.
 - Expresión de emociones.
 - La calma. La emoción del equilibrio y bienestar.
- Empatía: Ponerse en el lugar del otro.

PARTE 3: (Tercer trimestre).

- Resolución de conflictos a través del teatro.
 - El respeto.
- Trabajo en equipo: fortalecer el vínculo del grupo
- .

4. BENEFICIOS QUE ESTE TALLER APORTA:

- Conocer y valorar el lenguaje emocional propio para aprender a conocerse mejor a uno mismo.
- Aprender a regular las emociones propias.
- Fomentar el respeto y la confianza en el grupo.
- Desarrollar la autoestima y la empatía.
- Desarrollar habilidades sociales.
- Desarrollar la creatividad, potenciar valores i el trabajo en equipo.
- Ayudar a tranformar los problemas en retos creativos.
- Potenciar la escucha, atención y concentración.
- Ayudar a tomar decisiones y adaptarse a los cambios

DURACIÓN DEL TALLER:

Cada sesión del taller tiene una duración de 90 minutos en primaria y una hora en infantil.

El taller completo se compone de tres sesiones. Se realiza una en cada trimestre preferiblemente.

5. CONDICIONES DE LA ACTIVIDAD Y NECESIDADES TÉCNICAS:

El máximo de alumnos por sesión es de 25-30.

Necesidades técnicas y de material:

- Sillas para los participantes del taller.
- Espacio lo más diáfano posible o si se realiza en el aula se apartarán
- mesas y sillas si es necesario.

6. DIRIGIDO A:

El taller está dirigido a alumnos y alumnas de Ed.Infantil y Primaria. **Se impartirá en los centros educativos.**

