

TALLER DE DESARROLLO EMOCIONAL



Información:

La inteligencia emocional es una de las habilidades más importantes que los niños y niñas necesitan desarrollar estos tiempos que vivimos. Pero, ¿qué es la inteligencia emocional? El desarrollo de sus cuatro competencias (conciencia emocional, autogestión, conciencia social y relaciones sociales saludables) es un proceso vivo que está en continuo entrenamiento.

Esta actividad pretende que los niños y niñas participantes fortalezcan su inteligencia emocional, entrando en contacto con el mundo de las emociones. Reconocerlas, nombrarlas, adquirir vocabulario emocional y tomar conciencia de la importancia de vivir a través de emociones agradables, generadoras de actitud positiva y proactiva. Su práctica contribuye a la mejora en el control de impulsos y a la gestión inteligente de las situaciones del día a día.

El taller para el desarrollo emocional contribuye a fortalecer valores fundamentales para la educación del siglo XXI: Superación personal, colaboración, optimismo inteligente, cooperación, empatía, igualdad, inclusión, voluntad, amistad, honestidad, amabilidad, familia y responsabilidad personal.

Objetivos:

El Taller pretende ser un viaje para conocer a nuestras emociones.

- Divertirnos, jugar, pintar y colorear.
- Generar un espacio de confianza mutua que favorezca el diálogo para el crecimiento personal y emocional.
- Conocer las emociones básicas y secundarias
- Adquirir vocabulario emocional para expresar como pensamos y sentimos.
- Comenzar a conocernos a través de nuestras emociones. Conocer su función y el impacto que tienen en nuestro cerebro
- Ofrecer recursos y herramientas que ayuden a entrenar la autorregulación emocional en casa.
- Fomentar la importancia de vivir a través de hábitos emocionalmente saludables
- Fortalecer valores fundamentales para la Educación del siglo XXI
- Ofrecer recursos y herramientas que ayuden a entrenar la autorregulación emocional en casa.
- Fomentar la importancia de vivir a través de hábitos emocionalmente saludables.



Horario:
Miércoles y viernes
Grupo 1: 13.45 a 15 h
Grupo 2: 15 a 16.15 h.



Fechas:
Septiembre a Junio



Edades:
Educación Primaria.

Extraescolar impartida en colaboración con



MÁS INFORMACIÓN
extraescolares@auca.es



ALICANTE - 966593141
CASTELLÓN - 960046293
VALENCIA - 962058696



auca.projectes