

# PROGRAMA ESPECÍFICO: DESARROLLO SOCIO-AFECTIVO Y EMOCIONAL

OBJETIVOS	INDICADORES	CONTENIDOS
1. Reconocer y nombrar emociones básicas en sí mismo y en los demás.	<ol style="list-style-type: none"><li>1.1. Identifica alegría, tristeza, enfado y miedo.</li><li>1.2. Señala emociones en imágenes.</li><li>1.3. Reconoce cómo se siente en situaciones cotidianas.</li><li>1.4. Distingue la emoción de un compañero/a.</li><li>1.5. Usa palabras simples para expresar emociones.</li></ol>	Emociones básicas, vocabulario emocional.
2. Desarrollar la expresión emocional adecuada.	<ol style="list-style-type: none"><li>2.1. Expresa alegría, tristeza, enfado con palabras o gestos.</li><li>2.2. Usa frases simples para decir cómo se siente.</li><li>2.3. Utiliza estrategias de comunicación no violenta.</li><li>2.4. Muestra conductas de afecto (dar abrazos, sonreír)</li><li>2.5. Comparte emociones en asambleas.</li></ol>	Expresión oral, gestual y corporal de emociones
3. Iniciar la autorregulación emocional	<ol style="list-style-type: none"><li>3.1. Se calma con apoyo adulto tras un enfado</li><li>3.2. Usa estrategias de autocontrol sencillas (respirar, contar...)</li><li>3.3. Reconoce señales de nerviosismo o cansancio</li><li>3.4. Acepta esperar un turno con ayuda</li><li>3.5. Participa en actividades de relajación.</li></ol>	Estrategias de calma, autocontrol, regulación de la conducta.
4. Favorecer la autoestima y la valoración positiva de sí mismo.	<ol style="list-style-type: none"><li>4.1. Dice su nombre y características propias.</li><li>4.2. Acepta elogios del adulto</li><li>4.3. Se siente orgulloso de sus logros</li><li>4.4. Reconoce lo que sabe hacer bien</li><li>4.5. Participa mostrando seguridad.</li></ol>	Autoconcepto, autoimagen positiva, refuerzo de logros.



5. Desarrollar la empatía y la consideración hacia los demás.

- 5.1. Se interesa por cómo están los compañeros.
- 5.2. Consuela a alguien triste con apoyo.
- 5.3. Comparte materiales o juguetes.
- 5.4. Se alegra por los logros de otros.
- 5.5. Reconoce cuando alguien necesita ayuda.

Motricidad fina, prensión digital, movimientos de pinza.

6. Fomentar la resolución pacífica de conflictos.

- 6.1. Explica con ayuda lo que ha ocurrido.
- 6.2. Escucha la versión de otros.
- 6.3. Usa palabras sencillas para resolver conflictos.
- 6.4. Acepta propuestas del adulto como solución
- 6.5. Busca alternativas con apoyo.

Conceptos espaciales básicos, desplazamientos en el espacio.

7. Desarrollar el sentido de pertenencia al grupo.

- 7.1. Participa en actividades colectivas.
- 7.2. Acepta normas comunes.
- 7.3. Colabora en rutinas del aula
- 7.4. Se muestra integrado en el grupo
- 7.5. Celebra logros grupales.

Ritmo corporal, temporalidad básica, rutina y secuencias.

8. Favorecer la autonomía emocional.

- 8.1. Expresa cómo se siente sin necesidad de ayuda constante.
- 8.2. Pide ayuda cuando lo necesita.
- 8.3. Elige estrategias de calma por iniciativa propia.
- 8.4. Identifica qué le gusta y qué no.
- 8.5. Toma decisiones sencillas relacionadas con sus emociones.

Autonomía personal, toma de decisiones, autogestión emocional.

## ACTIVIDADES

- Juego del “dado de las emociones”, tarjetas de ARASAAC, cuentos como *El monstruo de colores*, espejos para imitar gestos....
- Canciones de emociones, dramatizaciones, juego de marionetas, “caja de las emociones” (meter un objeto que represente cómo se siente).
- Juego del semáforo (verde/amarillo/rojo), respiración con plumas, cuentos motores de calma, yoga infantil...
- Juego del espejo “soy... y me gusta...”, mural “soy especial”, mostrar trabajos del grupo, coronas del protagonista de la semana.
- Juegos de cuidar al muñeco, dinámicas de abrazos, cuentos sobre amistad *Por cuatro esquinitas de nada*, role-playing de situaciones sociales.
- Marionetas que discuten y buscan solución, rincón de la calma, acuerdos con pictogramas....

## ORGANIZACIÓN

- **Agrupamientos (2 modalidades):** gran grupo en el AO (actividades inclusivas y globales que favorezcan la estimulación en contextos naturales de aprendizaje) y pequeño grupo AAI (actividades más individualizadas y ajustadas a necesidades específicas, garantizando más atención y apoyo).
- **Espacios: AO** (actividades de tipo lúdico, cooperativo y de integración) y **AAI** (espacio tranquilo, estructurado y con menor nivel de estímulos externos, facilita el trabajo de la atención, memoria de trabajo y control inhibitorio).
- **Tiempos:** las sesiones tienen una duración de 45´ distribuidas en **2-3 sesiones semanales**.
- **Coordinación entre profesionales: Tutor/a** (facilitará la integración de los objetivos del programa en las rutinas y actividades diarias), **PT** (planificación, diseño y aplicación de las sesiones específicas, elaboración de materiales adaptados). **AL** (actividades que requieran apoyo en la comunicación y estimulación del lenguaje). **Orientador y familias** (comunicación periódica para revisar avances, reforzar estrategias en casa y garantizar la generalización).



## MATERIALES-RECURSOS

### • RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES

- **Tarjetas de emociones:** caras con alegría, tristeza, enfado, miedo, sorpresa...
- Espejos individuales, imitación de gestos y expresión propia
- **Dados de las emociones** con pictogramas o imágenes
- **Cuentos visuales** “Las emociones de Nacho”

### • EXPRESIÓN EMOCIONAL ADECUADA

- **Marionetas y muñecos** para dramatizar situaciones emocionales
- Caja de las emociones con objetos que representen distintos estados
- **Música** variada para expresar emociones con movimiento.
- **Pintura de dedos y colores,** representar cómo se sienten.

- **AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL:** semáforo de autocontrol, plumas y pompas de jabón (ejercicios de respiración y calma), alfombra o rincón de la calma con cojines, cuentos y tarjetas de relajación, tarjetas de estrategias de calma (respirar, contar, pedir ayuda...)

- **AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO,** Mural “soy especial” con fotos y dibujos de cada niño, coronas o medallas del protagonista de la semana, carteles con logros individuales (“Hoy aprendí a...”), espejo grande de aula para reforzar la autoimagen...

- **EMPATÍA Y CONSIDERACIÓN HACIA LOS DEMÁS,** cuentos sobre la amistad e inclusión, muñeco de peluches para practicar cuidados y consuelo, dinámicas cooperativas con materiales grandes, tarjetas de ayuda (dibujos que muestran ofrecer agua, consolar, abrazar, hablar...)

- **RESOLUCIÓN PACÍFICA DE CONFLICTOS,** marionetas para representar conflictos y ensayar soluciones, panel de pasos para resolver conflictos (explica-escucha-acuerda-solución), rincón de pensar juntos (espacio para diálogo guiado con pictogramas), cartas con alternativas (“puedes pedir”, “puedes esperar”....

- **AUTONOMÍA PERSONAL,** termómetros de emociones (escala con colores o caritas), tablero de elección de estrategias (los niños eligen cómo calmarse o qué hacer), tarjetas “qué me gusta/qué no me gusta”, juegos de rol con accesorios (disfraces, gorros...) para tomar decisiones en situaciones emocionales.

- **SENTIDO DE PERTENENCIA AL GRUPO,** murales colectivos donde todos aporten algo, cajas de materiales compartidos, carteles de normas del aula....



# RÚBRICA DE EVALUACIÓN



CRITERIO	NIVEL 1. INICIAL	NIVEL 2. En proceso	NIVEL 3. Adecuado	NIVEL 4. Avanzado
Reconocimiento de emociones	No identifica emociones en sí mismo ni en otros.	Reconoce algunas emociones con apoyo visual o gestual	Identifica y nombra emociones básicas en sí mismo y en otros.	Reconoce y diferencia emociones básicas y secundarias en diversas situaciones.
Expresión emocional adecuada	No expresa emociones o lo hace de forma inadecuada (gritos, golpes...)	Expresa emociones básicas con gestos o palabras aisladas con ayuda.	Expresa sus emociones de forma verbal y gestual adecuada en la mayoría de las ocasiones.	Expresa emociones de manera autónoma, regulada y adaptada al contexto.
Autorregulación emocional	No controla impulsos ni conductas emocionales	Se calma con ayuda del adulto en algunas ocasiones.	Aplica estrategias sencillas de calma con apoyo mínimo.	Se autorregula de manera autónoma utilizando distintas estrategias
Autoestima y autoconcepto	No reconoce sus características ni logros.	Reconoce algunos aspectos de sí mismo con ayuda.	Se describe positivamente y acepta elogios de los demás.	Se valora a sí mismo, expresa orgullo por sus logros y muestra seguridad personal
Empatía y consideración hacia los demás	No reconoce ni responde a las emociones de los demás.	Reconoce emociones de otros con apoyo pero no actúa.	Muestra empatía básica (consolar, compartir) en situaciones.	Manifiesta empatía espontánea, ofrece ayuda y celebra logros de los demás
Expresión de necesidades, deseos y emociones	Reacciona con llanto, gritos o agresividad.	Acepta la intervención del adulto para resolver disputas.	Participa en la resolución de conflictos con apoyo guiado.	Resuelve conflictos de manera dialogada, proponiendo alternativas autónomas.
Narración y discurso espontáneo	No participa en actividades colectivas ni respeta normas comunes.	Participa de forma puntual en actividades grupales con ayuda.	Se integra en el grupo, acepta normas y colabora en rutinas.	Participa activamente, colabora con entusiasmo y refuerza la cohesión grupal.