

COMPETENCIA EMOCIONAL

MIS MIEDOS

EJE TEMÁTICO:

Desarrollo Personal y Emocional

**OBJETIVOS**

Todas las personas tenemos nuestros miedos. Hoy vamos a hablar sobre cuáles son los tuyos. Hay personas que tienen miedo a quedarse solas en una habitación, otras tienen miedo a perderse en una gran ciudad, hay a quienes les da miedo algún animal, incluso personas que tienen miedo a otras personas.

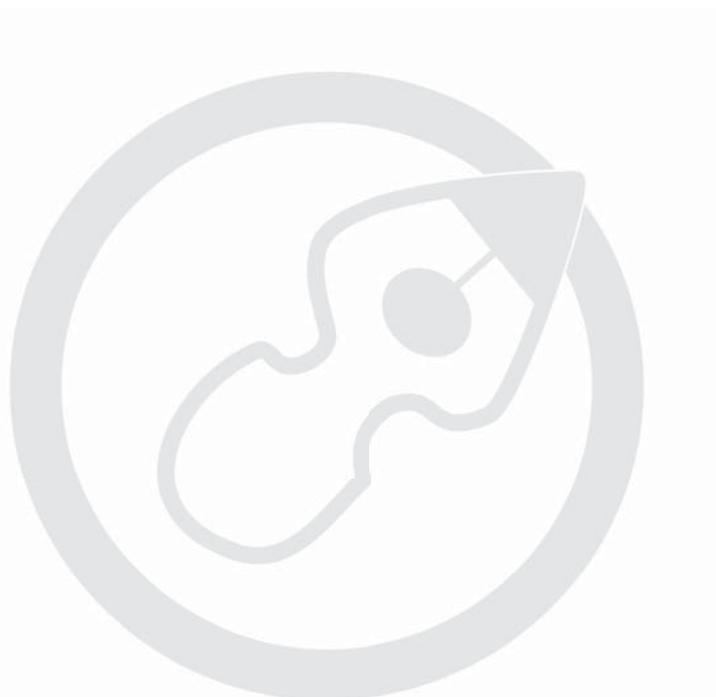
**SUGERENCIAS METODOLÓGICAS**

Los alumnos completarán el apartado "*Mis Miedos*" de forma individual. Después saldrán uno por uno a la pizarra y escribirán lo que les da miedo. A continuación, el profesor/a leerá cada uno de los miedos que los alumnos han escrito. Los alumnos que compartan cada uno de los miedos nombrados levantará el brazo y dirá "MÍO". Después de leer todos los miedos de la pizarra, los alumnos completarán el apartado "*Nuestros Miedos*".

Los apartados "*Javier y su compañero*" y "*Dónde siento el miedo*" se completarán de forma individual y posteriormente se comentarán las respuestas de cada uno con el resto de compañeros.

**MATERIALES**

Textos y cuestionarios adjuntos.



ACTIVIDAD. ANALIZO MIS MIEDOS

NOMBRE DEL ALUMNO/A: .....

EJE TEMÁTICO: Desarrollo Personal y Emocional

..... Grupo: ..... Fecha: .....

**MIS MIEDOS**

Existen muchas cosas que provocan miedo en las personas, ¿sabrías decir qué te da miedo a ti?

.....

.....

.....

.....

.....

**NUESTROS MIEDOS**

¿Qué miedos son más comunes en su clase? .....

.....

¿Hay diferencias entre los miedos de los chicos y los de las chicas? .....

.....

¿Hay alguien en la clase cuyo miedo te parezca raro o extraño? .....

.....

¿Qué harías si te pasara a ti? .....

.....

**JAVIER Y SU COMPAÑERO**

Javier tiene un compañero que casi todos los días le pega o insulta para conseguir de él lo que quiere. Le está pasando durante todo el curso y Javier cada vez tiene más miedo y hace todo lo que este compañero le pide.

Un día le pide que robe el abrigo del maestro. Javier tiene tanto miedo a robar como a lo que le haga su compañero.

Lo que más siente Javier es miedo pero, ¿QUÉ PUEDE HACER?

Elige alguna de las siguientes respuestas:

- Pegarle al compañero una paliza.
- Reunir a un grupo que le pegue una paliza.
- Reunir un grupo con otros alumnos y alumnas que han sido acosados y denunciarlo en el colegio para que lo sepan otras personas que puedan ayudar.
- Nada.
- Otras soluciones: .....

ACTIVIDAD. ANALIZO MIS MIEDOS

EJE TEMÁTICO: Desarrollo Personal y Emocional

NOMBRE DEL ALUMNO/A: .....

..... Grupo: ..... Fecha: .....

**DÓNDE SIENTO EL MIEDO**

Señala en el dibujo en qué parte del cuerpo sientes el miedo. Antes de empezar, puede ayudarte pensar un momento en alguno de tus miedos como si te estuviera ocurriendo ahora mismo para recordar esa sensación.

