

Desarrollo de las  
habilidades emocionales  
de los alumnos

## HERRAMIENTA 1

**Tolerancia a la  
frustración**

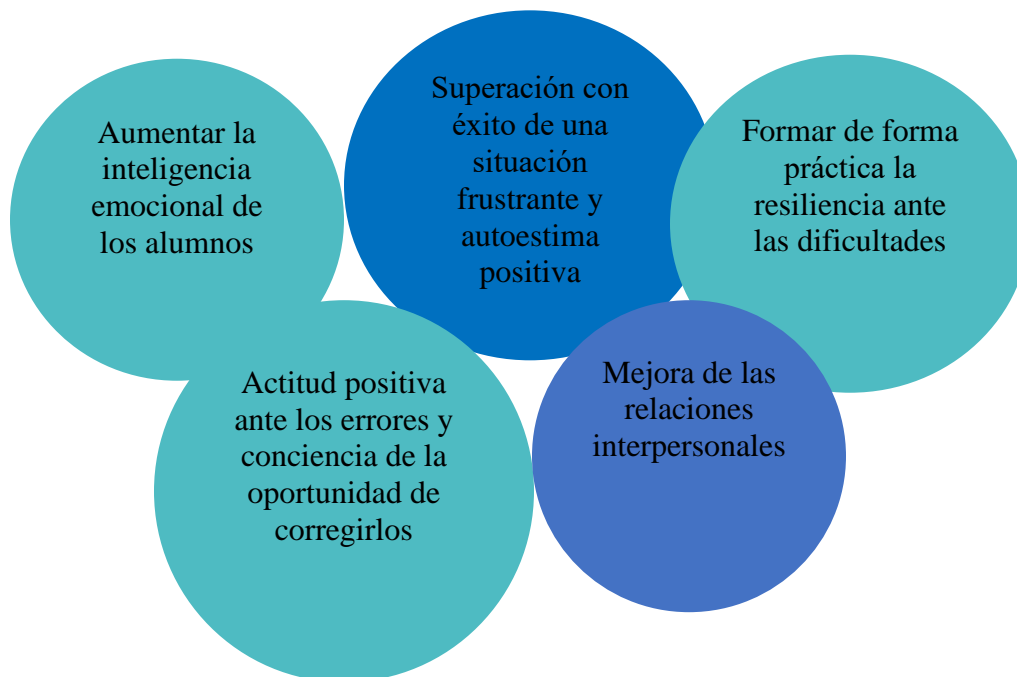
**Actividad para los  
alumnos en clase**



### Nombre de la Herramienta

**Trabajo en grupo sobre la tolerancia a la frustración**

### Objetivos de la Herramienta



# Plan de lecciones para profesores



## Conexión de la actividad con la habilidad

Se divide a los alumnos en 4 equipos y se les asigna la tarea de resolver el siguiente caso práctico:

Hoy estás en el colegio, tienes deberes en 4 ejercicios:

en matemáticas - tu cuaderno escolar; en lectura - escribir una redacción sobre un tema determinado; en inglés - un proyecto y en hombre y sociedad - preparar un examen. Hoy mamá y tú también tenéis que ir de compras y llevar al gato al veterinario a las cinco.



¿Cómo lo harás? ¿Cómo vais a organizar vuestras tareas para poder con todo?

Se entrega a cada grupo una hoja de papel y se les explica que primero deben escribir cómo se sienten y luego resolver el caso.

Finalmente se da la palabra a los portavoces de cada grupo para que expongan su solución a todos.

## Resultados

Alumnos:

- ✓ Consiguen distribuir adecuadamente su tiempo.
- ✓ Califican la importancia y urgencia de las tareas
- ✓ Se ofrecen a buscar ayuda

# Plan de lecciones para profesores



- ✓ Se dan cuenta de que, con una organización adecuada, se tiene una excelente tolerancia a la frustración e incluso sobra tiempo libre
- ✓ Ganar mayor confianza en sí mismo
- ✓ Aumentar su inteligencia emocional

## Presentación de la Herramienta

Se entrega a cada grupo una hoja de papel, explicándoles que primero deben escribir cómo se sienten y después resolver el caso.

## Tiempo

Una lección - 40 minutos

## Recursos y material necesario

Se entrega a cada grupo de niños una hoja blanca y lápices de colores.

## Consejos para la implementación de la herramienta por el

El profesor puede proponer a los alumnos un caso práctico de su elección, utilizando su imaginación y su pensamiento creativo y teniendo en cuenta también las especificidades del grupo. Los métodos que puede utilizar son: debate, trabajo en equipo o lluvia de ideas.

# Plan de lecciones para profesores



## **El grupo de edad más adecuado para que los profesores realicen la herramienta**

Alumnos de tercero y cuarto curso.

**Ventajas (idoneidad) de la Herramienta** (posibles problemas, aplicación en persona/en línea, adaptación de la Herramienta a entornos específicos, alumnos con necesidades especiales, etc.)

También se puede poner en práctica en línea.

Dado que se reta a los niños a resolver un caso de la vida real, resulta muy útil porque les hace pensar, aprender cómo actuarían en una situación similar sin mostrar frustración y enriquecer su inteligencia emocional.

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ello.

Desarrollo de las habilidades emocionales de los alumnos

## HERRAMIENTA 2

**Tolerancia a la frustración**

**Actividad para los alumnos en clase**



### **Nombre de la Herramienta**

**No tengo miedo a probar y a equivocarme**

### **Objetivos de la Herramienta**

Que los niños consigan una actitud positiva en el desarrollo con la asunción de riesgos.

### **Conexión de la actividad con la habilidad**

Los alumnos saben aprender de sus errores.

### **Resultados**

Mentalidad de crecimiento y desarrollo, actitud positiva ante los errores.

## Presentación de la Herramienta

♥ **Conocimientos:** los alumnos saben aprender de sus errores.

♥ **Habilidades.**

♥ **Actitudes:** Mentalidad de crecimiento y desarrollo, actitud positiva ante los errores.

## Tiempo

Una lección - 40 minutos

## Recursos y material necesario

- Hojas blancas;
- Lápices de colores o rotuladores

## Consejos para la implementación de la herramienta por el

3-4 clases

**Ventajas (idoneidad) de la Herramienta** (posibles problemas, aplicación en persona/en línea, adaptación de la Herramienta a entornos específicos, alumnos con necesidades especiales, etc.)

Los alumnos aprenden a analizar las causas y consecuencias de las situaciones en las que han cometido un error y a no repetirlos.

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ello.

N. Proyecto.: -2022-1-BG01- KA220-SCH-000085840