

Bloque A

Guía docente de la situación de aprendizaje

# Autocontrol

5.º y 6.º  
Educación Primaria

Habilidades sociales y emocionales





# Índice

1. Presentación . . . . .	3
2. Punto de partida . . . . .	3
3. Descripción . . . . .	3
4. Justificación . . . . .	4
5. Mapa de distribución de criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje. . . . .	5
5.1. Tabla resumen . . . . .	7
6. Mapa de distribución de saberes básicos de esta situación de aprendizaje . . . . .	7
6.1. Tabla resumen . . . . .	10
7. Interdisciplinariedad . . . . .	10
8. Indicaciones de las actividades . . . . .	11
Apartado 1. Para comenzar . . . . .	11
Apartado 2. Sé cómo soy . . . . .	11
Actividades 1 . . . . .	12
Actividad 2 . . . . .	12
Actividad 3 . . . . .	13
Apartado 3. Tengo el control . . . . .	13
Actividad 1. Reflexionamos en clase . . . . .	13
Actividades 2, 3, 4 y 5. Vídeo . . . . .	15
Actividad 6. De motivación . . . . .	16
Actividad 7 . . . . .	16
Actividad 8 . . . . .	17
Apartado 4. Con nuestro control, respetamos a los demás . . . . .	17
Actividad 1 . . . . .	18
Apartado 5. Para terminar, ¿qué he aprendido? . . . . .	18
Actividades 1, 2, 3, 4 y 5. Evalúate . . . . .	18
Actividad. Para terminar . . . . .	18
9. Resumen final . . . . .	20
Anexo 1. . . . .	21



### 1 Presentación

- ▶ **Título:** Autocontrol
- ▶ **Etapas:** Educación Primaria
- ▶ **Curso:** 5.º y 6.º.
- ▶ **Temporalización:** 3 sesiones completas de 60 minutos.
- ▶ **Producto final o evidencias:** ejercicios interactivos y elaboración de un cuento sobre el autocontrol, incorporando los conocimientos aprendidos durante la unidad.
- ▶ **Espacio:** Aula
- ▶ **Agrupamientos:**
  - Trabajo individual (TIND)
  - Trabajo en parejas (TPAR)
  - Pequeños grupos (PGRU)
  - Gran grupo (GGRU)



### 2 Punto de partida

Para fomentar el desarrollo de los conceptos de autoconcepto, autonomía y personalidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje, se utilizará un enfoque basado en el descubrimiento y la reflexión del alumnado sobre su propio conocimiento cercano.

Se dará importancia a que los estudiantes exploren y reflexionen sobre su identidad y cómo se ven a sí mismos.

Animaremos al alumnado a pensar en sus fortalezas, habilidades, intereses y valores personales. A través de actividades interactivas y dinámicas, los estudiantes podrán descubrir y comprender su autoconcepto, es decir, cómo se perciben y se valoran a sí mismos.

### 3 Descripción

Se establecerán reflexiones y análisis de forma individual y grupal. La metodología se basará en la colaboración y en la coordinación por parte del alumnado, estimulando su comunicación e interacción continua.



## Objetivos

Estos son los objetivos de la situación de aprendizaje:

1. Identificar los rasgos de la personalidad.
2. Construir el estilo personal basándose en la respetabilidad.
3. Actuar de forma respetable y digna.
4. Conocer los rasgos característicos de la personalidad, poniéndolos de manifiesto asertivamente.
5. Entender y describir el valor del autocontrol.

## 4 Justificación

En esta situación se trabajará el desarrollo del autoconcepto y la definición de rasgos característicos de la personalidad, así como en la promoción del respeto hacia los demás, como una forma de actuar de manera respetable y digna.

Para abordar el autoconcepto, se fomentará que los estudiantes exploren y reflexionen sobre cómo se ven a sí mismos. Se les animará a identificar sus fortalezas, habilidades y cualidades positivas, así como a reconocer áreas en las que pueden mejorar. A través de actividades interactivas y reflexivas, se les brindará la oportunidad de profundizar en su autoconocimiento y construir una imagen positiva de sí mismos. Esto ayudará a fortalecer su confianza y autoestima.

Se enfatizará en la importancia del respeto hacia los demás, discutiendo los valores fundamentales de respeto, tolerancia y aceptación de la diversidad, explorando diversas situaciones que ayudarán a reflexionar al alumnado.





# 5 Mapa de distribución de criterios de evaluación de esta situación de aprendizaje

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Grado
1. Deliberar y argumentar sobre problemas referidos a sí mismo y su entorno, buscando y analizando información fiable y generando una actitud reflexiva al respecto, para promover el autoconocimiento de uno mismo y la autonomía moral.	1.1. Construir un adecuado concepto de sí mismo en relación con los demás y la naturaleza, organizando y generando, información analógica y digital acerca de los rasgos relativos a la identidad, diferencia y dignidad de las personas.	Alto
	1.2. Identificar y expresar emociones, afectos y deseos, mostrando confianza en las propias capacidades al servicio de la consecución motivada de fines personales y de grupo.	Medio
	1.3. Generar una posición autónoma mediante el ejercicio de la toma de decisiones, el uso de conceptos positivos y el diálogo respetuoso con otros, en torno a distintos valores y modos de vida, así como a problemas relacionados con el uso seguro de las redes y medios de comunicación, las conductas adictivas, la prevención del abuso y el acoso escolar, y el respeto a la intimidad personal.	Alto
2. Actuar e interactuar de acuerdo con normas y valores, reconociendo su importancia para la vida y aplicándolos de manera efectiva y argumentada en distintos contextos, para promover una convivencia, justa, respetuosa y pacífica.	2.1. Promover y demostrar un modo de convivencia justa, respetuosa y pacífica a partir de la investigación y comprensión de las relaciones del ser humano, mediante el uso de los conceptos de ley, civismo, respeto, democracia, justicia, paz y libertad.	Bajo
	2.2. Interactuar con otros adoptando, de forma motivada y autónoma, conductas orientadas por valores comunes, a partir del conocimiento de los derechos humanos y los principios constitucionales fundamentales, en relación con contextos y problemas concretos, así como por una consideración de diálogo acerca de cómo debemos relacionarnos con los demás.	Alto

Bloque A. Habilidades sociales y emocionales





Competencias específicas	Criterios de evaluación	Grado
<p>2. Actuar e interactuar de acuerdo con normas y valores, reconociendo su importancia para la vida y aplicándolos de manera efectiva y argumentada en distintos contextos, para promover una convivencia, justa, respetuosa y pacífica.</p>	<p>2.3. Reflexionar y asumir un compromiso activo y crítico con valores relativos a la solidaridad y el respeto a los demás, analizando cuestiones relacionadas con la desigualdad y la pobreza, el hecho multicultural, la diversidad humana y los fenómenos migratorios.</p>	
	<p>2.4. Contribuir a generar una convivencia respetuosa, no discriminatoria, libre y comprometida con el logro de la igualdad, y con la erradicación de todo tipo de violencia, a partir del conocimiento y análisis crítico de la sociedad, mostrando referentes de igualdad.</p>	
	<p>2.5. Comprender y valorar los principios de justicia, solidaridad, seguridad y paz, a la vez que el respeto a las libertades básicas, a partir del análisis y la ponderación de las políticas y acciones de ayuda y colaboración internacional, de defensa para la paz y de seguridad ciudadana, ejercidas por el Estado y sus instituciones, los organismos internacionales, las ONG y ONGD y la propia ciudadanía.</p>	
<p>3. Comprender las relaciones entre el individuo, la sociedad y la naturaleza, a través del conocimiento y la reflexión sobre los problemas sociales y medioambientales, para comprometerse con el respeto, cuidado y protección de las personas y el planeta.</p>	<p>3.1. Evaluar diferentes alternativas con que frenar el cambio climático y lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible, identificando causas y problemas sociales y medioambientales, y justificando argumentalmente el deber de proteger y cuidar la naturaleza.</p>	
	<p>3.2. Comprometerse activamente con valores, prácticas y actitudes afectivas consecuentes con el respeto, cuidado y protección de las personas, en especial los mayores, también con los animales y el planeta, a través de la participación en actividades que promuevan un consumo adecuado y un uso adecuado del suelo, el aire, el agua, la energía, la movilidad segura, saludable, y la prevención y gestión de residuos, reconociendo el papel de las personas, colectivos y entidades comprometidas con la protección del entorno.</p>	





Competencias específicas	Criterios de evaluación	Grado
4. Desarrollar destrezas personales y sociales con las personas y con el entorno, para apreciarlos, cuidarlos y respetarlos.	4.1. Gestionar equilibradamente las destrezas personales y sociales para desarrollar una actitud de estima y cuidado de sí mismo, de los demás y del entorno, identificando, analizando y expresando las propias emociones y reconociendo y valorando los de otras personas, en distintos contextos y en relación con actividades de reflexión individual o grupal dialogada sobre cuestiones sociales.	

### 5.1. Tabla resumen

C1			C2				C3		C4	
1.1.	1.2.	1.3.	2.1.	2.2.	2.3.	2.4.	2.5.	3.1.	3.2.	4.1.



Completo



Parcial



No se trata

## 6 Mapa de distribución de saberes básicos de esta situación de aprendizaje

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Grado
A. Conocimiento y autonomía personal	1. El pensamiento crítico. El conocimiento de sí mismo. La reflexión y la expresión de los pensamientos.	
	2. La naturaleza humana y la identidad personal. Igualdad y diferencia entre las personas.	
	3. La libertad y el determinismo.	
	4. Emociones y sentimientos. La autoestima.	
	5. La educación afectivo-sexual.	





Competencias específicas	Criterios de evaluación	Grado
A. Conocimiento y autonomía personal	6. Deseos y razones. La voluntad y el juicio moral. Autonomía y responsabilidad. Capacidades y talento. La motivación. El esfuerzo y afán de superación. La responsabilidad. El trabajo en equipo. El deseo de colaboración.	Grado 1
	7. La ética como guía de nuestras acciones. El debate en torno a lo valioso y a los valores. Capacidad de expresar opiniones escuchando y respetando a los demás. Las normas, las virtudes y los sentimientos morales.	Grado 2
	8. La dimensión trascendente del ser humano. El hecho religioso o su ausencia. El sentido de la vida y reflexión sobre la muerte. El bien y el mal. La belleza y la felicidad. La búsqueda de la verdad; la mentira. La salud, la enfermedad y la ética científica. Acercamiento a las raíces morales de Occidente y de otras culturas.	Grado 1
	9. El propio proyecto personal: la diversidad de valores, fines y modelos de vida. Independencia de criterio en la toma de decisiones. Actitud positiva y capacidad de diálogo en la búsqueda de soluciones a situaciones conflictivas.	Grado 1
	10. La influencia y el uso crítico y responsable de los medios y las redes de comunicación. La prevención del abuso y el ciberacoso. El respeto a la intimidad. Los límites a la libertad de expresión. Las conductas adictivas.	Grado 1
B. Sociedad, justicia y democracia	1. Las virtudes del diálogo y las normas de la argumentación. La toma democrática de decisiones.	Grado 2
	2. Fundamentos de la vida en sociedad. La empatía con los demás. Los afectos. La familia. La amistad y el amor. El cuidado a las personas mayores.	Grado 2
	3. Las reglas de convivencia. Moralidad, legalidad y conducta cívica. El papel de las fuerzas y agentes de seguridad.	Grado 2





Competencias específicas	Criterios de evaluación	Grado
B. Sociedad, justicia y democracia	4. Principios y valores constitucionales y democráticos. El problema de la justicia. La toma democrática de decisiones. La Constitución española de 1978. Derechos y deberes reconocidos a los españoles. El terrorismo. El Estado de Bienestar. El respeto a los bienes públicos. Los impuestos.	
	5. El Estado de Derecho como garantía para la democracia y la libertad.	
	6. Los derechos humanos y de la infancia y su relevancia ética.	
	7. La desigualdad económica. La pobreza y la explotación. Espíritu de trabajo y colaboración.	
	8. La igualdad entre mujeres y hombres. La prevención de los abusos y la violencia. Impulso de la conducta no discriminatoria, igualitaria y libre.	
	9. El respeto por las minorías y las identidades de diferentes culturas. Interculturalidad y migraciones. Relación con los demás. Tolerancia. Aceptación del otro. Desarrollo de habilidades sociales. El respeto a la libertad individual. La libertad de pensamiento, de conciencia, de religión, de opinión y de expresión. La superación de los prejuicios sociales.	
	10. La paz y no violencia. La contribución del Estado y sus instituciones a la paz, la seguridad y la cooperación internacional. La seguridad del ciudadano. Valoración de la defensa como un compromiso cívico y solidario al servicio de la paz. La protección civil y la colaboración ciudadana frente a los desastres. El papel de las ONG y ONGD. La resolución pacífica de los conflictos.	

Bloque A. Habilidades sociales y emocionales





Competencias específicas	Criterios de evaluación	Grado
C. Cuidado del medio ambiente	1. La empatía, el cuidado y el aprecio hacia los seres vivos y el medio natural. El maltrato animal y su prevención. El respeto a los bienes de la naturaleza. El respeto y protección a los animales en general y particularmente los que viven en entornos domésticos.	
	2. La acción humana en la naturaleza. Ecosistemas y sociedades: interdependencia, relación entre seres vivos y ecosistemas e interrelación.	
	3. Los límites del planeta y el cambio climático.	
	4. El deber y la obligación legal de proteger y cuidar del planeta.	
	5. Hábitos y actividades para el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. El consumo adecuado. El uso del suelo, del aire, del agua y de la energía. La movilidad segura, saludable y responsable con el medio ambiente. La prevención y la gestión de los residuos.	

### 6.1. Tabla resumen

A										B										C					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	
	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■



Completo



Parcial



No se trata

## 7 Interdisciplinariedad

Esta situación de aprendizaje se relaciona con **Lengua Castellana y Literatura**, a través de la ejecución de tareas relacionadas con la producción de textos orales para expresar ideas o sentimientos. También se realiza desempeño de la interpretación de textos orales multimodales. Asimismo, el alumnado deberá crear textos escritos con corrección gramatical y ortográfica básicas.



Mediante la práctica de debates y tareas en gran grupo, pondrá en práctica la convivencia democrática, usando un lenguaje que no discrimine y aprenderá a respetar el turno de palabra.

También pueden verse reflejadas competencias específicas del área de **Educación Artística**, pues hay una propuesta de dibujo libre: expresar de manera creativa ideas y sentimientos.

## 8 Indicaciones de las actividades

### Sé cómo soy y tengo el control

#### Apartado 1. Para comenzar

En este primer apartado aparece un mapa conceptual sobre los saberes y contenidos que se van a trabajar. Hay un texto de inicio para introducir la unidad y se explica la situación de aprendizaje que se propone. Se incluye un apartado desplegable que explica el itinerario de aprendizaje, seguido de una lista de consejos para el alumnado a la hora de realizar las actividades. Dichos consejos podrán ser consultados a lo largo del desarrollo de la unidad.

El resultado será la creación de un cuento relacionado con el autocontrol, teniendo en cuenta sus partes protagonistas y localización.

#### Apartado 2. Sé cómo soy

Este apartado comienza con un texto introductorio que define el autoconcepto, indicando las piezas fundamentales que lo conforman.





## Actividades 1

Para desarrollar esta actividad se propone que, en primer lugar, se realice una tormenta de ideas en gran grupo en la que los alumnos deberán nombrar adjetivos que definan los rasgos de la personalidad: responsable, hablador, tímido... En ocasiones, los alumnos tienen dificultades para exponer características personales y para definirse, por eso sería importante que salgan al encerado y que ellos mismos escriban diferentes cualidades y expliquen su significado.



Temporalización: 10 minutos



Agrupamiento: individual

## Actividad 2

Después, de forma individual, pediremos a los alumnos/as que seleccionen tres adjetivos positivos y tres negativos que crean que los definen, los que más encajen con su percepción personal.

Por último, les solicitaremos que, por **parejas**, definan a los otros compañeros del grupo. De esta forma, podrán comparar si lo que piensan de sí mismos es igual o similar a lo que piensan los demás de ellos.



En el desarrollo de esta última parte de la actividad debemos facilitar al alumnado instrucciones claras sobre la importancia del respeto a la hora de expresar nuestra opinión sobre los demás compañeros, incluso cuando hablemos de algún rasgo de su personalidad que consideremos negativo. No se deben admitir comentarios despectivos ni faltos de respeto durante esta fase de descripción de los compañeros.

Esta actividad tiene por **objetivo el autoanálisis y la definición del autoconcepto**. Con ella, podrán visualizar que la percepción que tenemos de Nosotros mismo puede ser positiva en algunos aspectos y negativa en otros (por ejemplo, soy muy divertido, pero soy muy tímido delante de los desconocidos). También se darán cuenta de que lo importante es que nuestro autoconcepto sea equilibrado; es decir, que asumamos que no somos personas perfectas y que, aunque podamos tener algún rasgo que no nos agrada de nosotros mismos, eso no es nada malo. Además, la actividad permitirá al alumnado comparar su autoconcepto con la visión que tienen de ellos los demás compañeros. La conclusión debe centrarse en que, aunque a veces pensemos que hay algo de nosotros que nos gusta mucho (o, por el contrario, no nos gusta nada) la percepción de los demás no siempre coincide.



Temporalización: 10 minutos



Agrupamiento: parejas



### Actividad 3

Realización de una **sopa de letras** en la que tendrán que localizar cinco palabras relacionadas con la autoestima.

 **Temporalización: 10 minutos**

### Apartado 3. Tengo el control

Comenzaremos con la visualización de una imagen en la que su protagonista se encuentra frustrado en una fila y no es capaz de controlarse. De esta forma intentaremos poner en el lugar del protagonista al alumnado. Este, seguidamente, realizará una actividad de reflexión en relación con dicha imagen.



### Actividad 1. Reflexionamos en clase

El docente propondrá al alumnado que se ponga en el lugar de Xavi y responda una serie de preguntas que le llevará a reflexionar sobre cómo puede sentirse y a saber cómo actuar en momentos similares:

- ▶ **En primer lugar**, se les preguntará sobre lo que ocurre en la imagen y lo que ellos y ellas interpretan.
- ▶ **En segundo lugar**, si se han visto en alguna situación similar.
- ▶ **Seguidamente**, se les hace razonar sobre la mejor forma de actuar, para conseguir que te hagan caso y cómo actuar mejor cuando razonamos previamente.
- ▶ **Finalmente**, se pide al alumnado que comenten en grupo y piensen en cómo puede estar sintiéndose la gente que comparte la fila con Xavi.



**Para el alumnado con NEAE**, puede verse un [vídeo](#) educativo para niños y niñas que puede ser de utilidad como complemento y como recurso para alumnado con necesidades educativas, en el que aprenderán sobre las emociones y el enfado.

A lo largo de la unidad el alumnado trabajará con diversas actividades la reflexión personal. Para el alumnado con necesidades educativas puede ser interesante contar con la presencia de un diario de emociones, con este recurso se animará a llevar un registro donde podrán expresar y reflexionar sobre sus emociones diarias. Pueden dibujar, escribir o utilizar pictogramas para representar sus sentimientos y luego discutirlos con un adulto o un compañero.



**Temporalización: 15 minutos**



**Agrupamiento: individual-gran grupo**

**El autocontrol es la capacidad que tenemos para controlar nuestras conductas, lo que significa...**

En este apartado se incluyen ejemplos para que el alumnado aprenda a ser **paciente, reflexionar y esforzarse**, además de estrategias para mejorar el autocontrol. El apartado está elaborado en formato DUA, se podrá ver la información en diversos formatos, texto e imagen. Esta última enlazará al pdf descargable de la misma.



Tener **paciencia**. Por ejemplo, tengo que ser paciente y esperar mi turno para hablar



**Reflexionar** antes de actuar, es decir, pensar en las consecuencias antes de hacer algo, considerar si esperamos que sean consecuencias positivas o negativas.



**Esforzarse** en conseguir lo que se quiere. Por ejemplo, cuando consigues una buena nota en el examen de matemáticas gracias a tu esfuerzo y al estudio diario.



Tener **estrategias** de conductas positivas. Por ejemplo, ser optimista, ser paciente y ser tolerante cuando no conseguimos las cosas que querríamos.



Se propone la visualización de un [vídeo](#) junto a unas preguntas de comprensión sobre lo visualizado. Después, se usará ese recurso para trabajar los sentimientos y la ventaja de autocontrolarse frente a la pérdida de paciencia.

### Actividades 2, 3, 4 y 5. Vídeo

El conjunto de actividades está secuenciado de la siguiente forma:

#### Actividad 2



El alumnado realizará una descripción del vídeo, indicando cuáles son los personajes, cómo empieza, cómo transcurre la historia, cómo termina y qué sentimientos puede percibir en los protagonistas.

**Para el alumnado con NEAE,** se adaptará la actividad de forma que tenga que seleccionar en una hoja con capturas del vídeo (anexo 1) a los/as diferentes protagonistas y marcar todos los sentimientos que pueda encontrar.



Temporalización: 5 minutos



Agrupamiento: individual

#### Actividad 3

Esta será una actividad de reflexión para que el alumnado reflexione en lo que le hace pensar la actitud de la protagonista. Podrán escribir su respuesta en la libreta o compartirla de forma oral en el aula. De esta forma verán cómo por medio de pequeños actos podemos llegar a detectar diferentes estados de ánimo.



Temporalización: 5 minutos



Agrupamiento: individual

#### Actividad 4

Durante esta actividad el alumnado realizará una pequeña prueba interactiva con tres cuestiones relacionadas con la visualización del vídeo, que le ayudará a afianzar su comprensión.

#### Actividad 5

Mediante un debate final se le pedirá al alumnado que se ponga en el lugar de los/as protagonistas y argumenten las diferentes acciones que podrían haber realizado.



Temporalización: 5 minutos



Agrupamiento: individual-gran grupo



## Actividad 6. De motivación

Se propone una actividad de motivación, para que reflejen su idea de autocontrol y de situaciones que los/las podrían poner nerviosos/as. A través del dibujo transmiten sus emociones y es una propuesta que facilitará la participación del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

**Para el alumnado con NEAE**, se podrá beneficiar de este formato de actividad debido a que podrá comunicar sus ideas de una forma visual y creativa, teniendo una estimulación sensorial por medio del dibujo.



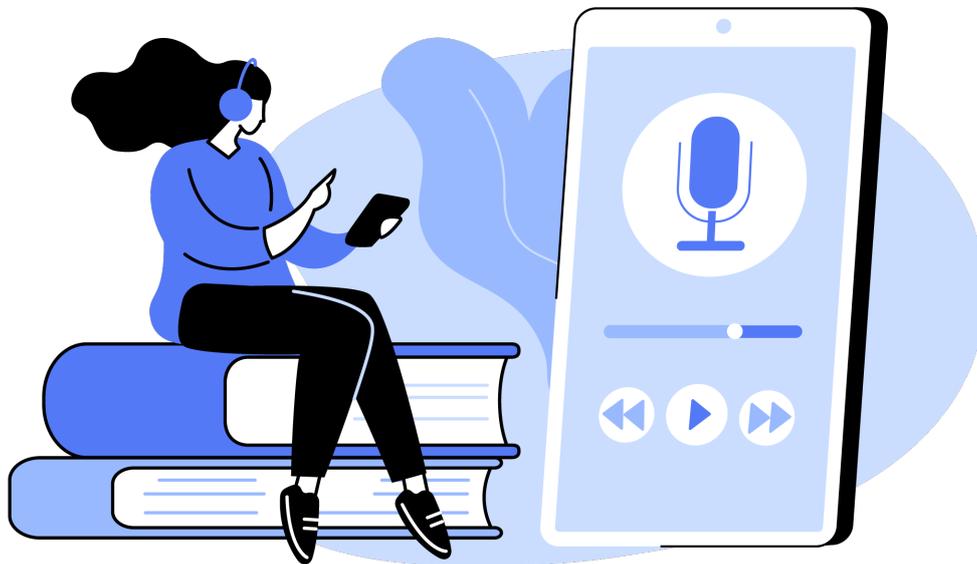
Temporalización: 15 minutos



Agrupamiento: individual

### Escucha DUA

A través de un pódcast, se le pide al alumnado que analice la situación que en él se describe y que continúe trabajando con los conceptos básicos de la situación. El alumnado podrá escuchar el pódcast o bien leer su contenido mediante la lectura facilitada.



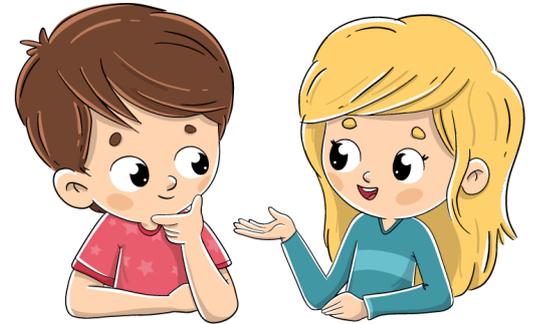
## Actividad 7

Una vez realizada la escucha o lectura del pódcast, el alumnado deberá escribir en su cuaderno o dispositivo, cinco palabras que le pueda inspirar la historia, para posteriormente escribir de forma individual las palabras en una cartulina para crear un póster de aula gráfico. A continuación, responderán a tres cuestiones interactivas de verdadero y falso para reforzar la comprensión.



 **Actividad 8**

Terminarán con una reflexión en parejas para que compartan situaciones en las que el autocontrol no ha tenido acto de presencia en su forma de actuar, de esta forma verán que no es algo aislado y que le pasa a todo el mundo. Trabajarán la identificación de afectos, deseos o emociones, de forma autónoma y demostrando también el respeto por los demás. Conseguirán gestionar equilibradamente sus pensamientos y reconocerán el de las otras personas de forma empática.



Aquí será un buen momento para ver en conjunto diversas recomendaciones para evitar situaciones parecidas. **La siguiente [web](#) de la Comunidad de Madrid** muestra una amplia información y recomendaciones sobre bienestar emocional.



**Temporalización: 15 minutos**



**Agrupamiento: parejas**

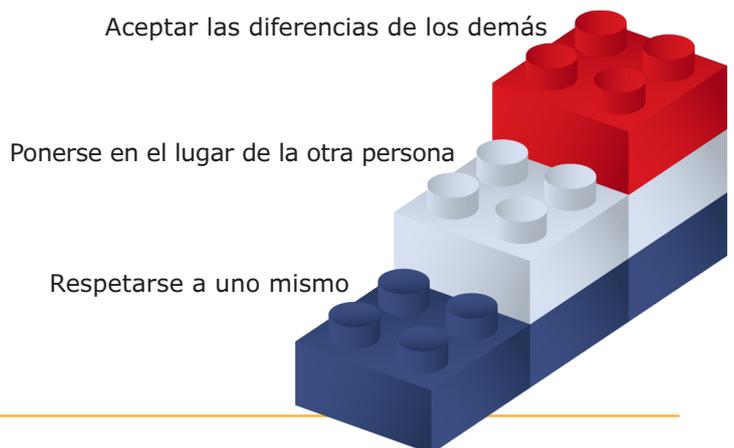
**Apartado 4. Con nuestro control, respetamos a los demás**

**Cuerdas**

El inicio de este apartado lleva al alumnado a reflexionar, a raíz de la lectura de un fragmento de entrevista que le hicieron a Pedro Solís, director del cortometraje [Cuerdas](#), el cual se podrá visualizar posteriormente. Una vez visto el corto y hablado sobre la entrevista, el alumnado tendrá que seleccionar, por grupos, diferentes juegos. Sería interesante que fuesen juegos o deportes que se practican en el día a día del patio, para que los adapten de la forma que consideren a diferentes necesidades. Lo realizarán en una cartulina o papel a modo de tarjetas, para que puedan ser utilizadas en el patio. Se le puede mostrar al alumnado el siguiente [enlace](#), en el que podrán ver las modalidades de juegos parainclusivos que se realizan en los encuentros deportivos para personas con y sin discapacidad.

**Respeto a los demás**

En este apartado el alumnado podrá conocer y comprender los tres peldaños del respeto, mediante una imagen representativa o texto en forma de pestaña. Seguidamente se podrá ver un panel, a modo de recordatorio, sobre el respeto y cómo se debe desarrollar.





## Actividad 1

Actividad que trabaja el concepto de autocontrol y todos los aprendizados anteriormente mediante un ejercicio de completar huecos.



Agrupamiento: individual

## Apartado 5. Para terminar, ¿qué he aprendido?

Incluye un pequeño texto introductorio de cómo realizarán la evaluación.



## Actividades 1, 2, 3, 4 y 5. Evalúate

Pequeña prueba que trabaja los conceptos de la unidad.



Temporalización: 30 minutos



## Actividad. Para terminar

Producto final. Creación de un cuento en el que se trabaje el autocontrol. Después de ver, escuchar y leer varios ejemplos, es el turno del alumnado. Ellos y ellas crearán su propio cuento o historia. Deberán tener en cuenta las partes de la historia y sus protagonistas.

**Para el alumnado con NEAE,** se propone realizar un dibujo o grabar la historia, utilizando cualquier dispositivo de aula o de sus casas. Se le podrá dar una pequeña guía para que tengan en cuenta las partes de una historia a la hora de realizar sus creaciones.

Algunas pautas para tener en cuenta:

- ▶ Tema y personajes; ayudando al alumnado a escoger un tema de su interés, generalmente próximo, relacionado con sus experiencias y hobbies. Los personajes podrán ser personas animales u objetos imaginarios.
- ▶ Estructura narrativa: Explicando al alumnado la estructura básica de una historia, que incluye una introducción, desarrollo y conclusión. Se deberá animar a pensar en cómo comenzará su historia, como se desarrollará y como se resolverá.
- ▶ Finalización y moraleja: Se deberá animar al alumnado a reflexionar una vez terminado el proceso para que profundice en el mensaje que quiere transmitir.





Rúbrica de evaluación:

	4	3	2	1
<b>Organización</b>	El cuento tiene un inicio, desarrollo de un problema sobre el autocontrol y un final coherente.	El cuento tiene un inicio, desarrollo de un problema sobre el autocontrol, pero el final no es muy coherente.	El cuento tiene un inicio, y un final, pero no hay un problema claro.	El cuento no presenta una estructura organizada.
<b>Ideas y contenido</b>	El cuento tiene una idea central acerca del autocontrol.	El cuento tiene una idea central acerca del control, pero se pierde con otros detalles que la hacen demasiado compleja.	La idea central del autocontrol es poco clara.	No hay una idea central sobre el autocontrol.
<b>Personajes</b>	Los personajes están claramente definidos y se entiende fácilmente sus roles y descripciones.	Los personajes están claramente definidos y se entiende fácilmente sus roles y descripciones, pero podrían ser más completas.	Los personajes se nombran, pero no se describen y no queda claro quién es quién.	Los personajes no quedan claros.
<b>Creatividad</b>	El cuento es original y único.	El cuento es original pero muy predecible	Los personajes se nombran, pero no se describen y no queda claro quién es quién.	El cuento es muy similar a los ejemplos de la situación de aprendizaje.
<b>Gramática y ortografía</b>	La ortografía y gramática son correctas.	Hay 3 o más errores de gramática y ortografía.	Los errores gramaticales y de ortografía dificultan la comprensión.	No es posible entender el cuento debido a los errores gramaticales y ortográficos.
<b>Uso del lenguaje</b>	Utiliza un vocabulario rico.	Utiliza un vocabulario rico, pero se repite ocasionalmente.	Utiliza un vocabulario escaso y muy repetitivo.	El vocabulario utilizado es muy básico.



### 9 Resumen final

**TÍTULO:** Autocontrol

**CURSO:** 5.º y 6.º de Educación Primaria

#### **Competencias**

CCL, CD, CSC, CAA

#### **Pregunta guía**

¿Podrías crear una historia que muestre cómo actuar cuando no tenemos el control?

#### **Metodología**

- ▶ Aprendizaje cooperativo
- ▶ Descubrimiento guiado
- ▶ Estilo directo

#### **Objetivos**

- ▶ Identificar los rasgos de la personalidad.
- ▶ Construir el estilo personal basándose en la respetabilidad.
- ▶ Actuar de forma respetable y digna.
- ▶ Conocer los rasgos característicos de la personalidad, poniéndolos de manifiesto asertivamente.
- ▶ Entender y describir el valor del autocontrol.

#### **Desafío final**

Realización de ejercicios interactivos y redacción de un cuento sobre el autocontrol.

#### **Agrupamientos**

- ▶ Trabajo individual (TIND).
- ▶ Trabajo en parejas (TPAR).
- ▶ Pequeños grupos (PGRU).
- ▶ Gran grupo (GGRU).

#### **Evaluación**

- ▶ Cooperativa
- ▶ Rúbricas de evaluación
- ▶ Cuaderno de aprendizaje

#### **Tareas**

- ▶ Reflexión, visualización e interpretación de vídeos con relación a la temática. Redacción de textos.
- ▶ Creación de elementos gráficos.
- ▶ Debatir y compartir experiencias personales sobre el autocontrol.

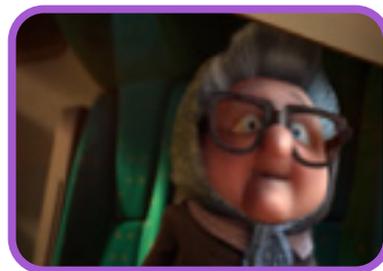
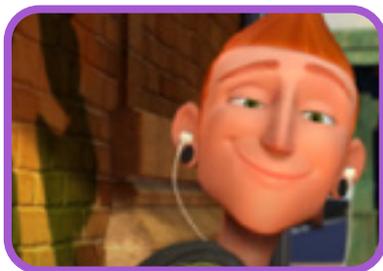
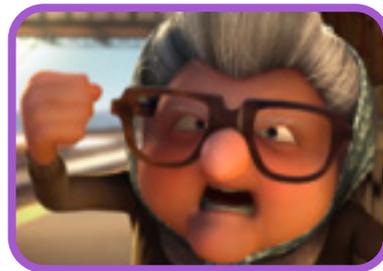
#### **Temporalización**

3 sesiones de 60 min.



# Anexo 1

Marca sobre las imágenes las emociones que consideres. Puedes utilizar diversos colores, como **rojo** para enfado o **verde** para alegría.



Bloque A. Habilidades sociales y emocionales

Fuente: [Snack Attack](#). 2012. Andrew Cadelago y Eduardo Verastegui / Metanoia Films y Arc Productions.