



**Junta de
Castilla y León**

Consejería de Educación

Estamos seguras de que enseñarles a autorregularse y a prestar atención les ayudará a relacionarse mejor con los demás y a centrarse en el logro de sus propósitos.

Practicar sistemáticamente en clase les ayuda a interiorizar las estrategias que podrán emplear en distintas situaciones a lo largo de su vida.

Conocer lo que aprenden nuestros hijos en la escuela es muy importante para ayudarlos a que usen sus aprendizajes en su vida cotidiana.



E.I. La Encarnación



Equipo de Atención
Atención Temprana



Unidad de
Conducta



**Atento y tranquilo como
Kokolino**



**E.I. La Encarnación.
Equipo de Atención Temprana de Ávila
Unidad de conducta de Ávila.**

¿Qué es atento y tranquilo como Kokolino?

Es una experiencia de mejora que pretende ofrecer a los niños estrategias de autorregulación para afrontar con éxito situaciones sociales y de aprendizaje. Consiste en una serie de actividades para mejorar la tranquilidad, la atención y la gestión de sus emociones.

1. ACTIVIDADES DE AUTORREGULACIÓN. (Trucos)

5 minutos de lunes a jueves. Escuchan un audio y practican.

CALMAKOKO

Estrategia socioemocional: Calma

Objetivo: Conciencia de la respiración
aumentar la intensidad en la atención
al propio cuerpo y a las situaciones vitales



Afrontamiento a: Nerviosismo, Ir, Intranquilidad.

SEGURIKOKO

Estrategia socioemocional: Seguridad

Objetivo: Relaxación, imaginación emotiva.
Permite al niño imaginar una situación que le proporcione seguridad para recurrir a ella en situaciones de estrés.



Afrontamiento a: Preocupación, miedo, tristeza

PAUSAKOKO

Estrategia socioemocional: Pausa

Objetivo: Regular su movimiento y un control consciente del mismo, así como un inicio de la relajación.



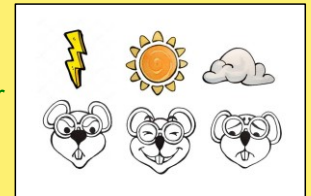
Afrontamiento a: Descontrol, impaciencia, confusión.

2. ACTIVIDADES EMOCIONALES

1 vez al trimestre hacemos una actividad especial y luego usamos la estrategia aprendida en situaciones cotidianas.

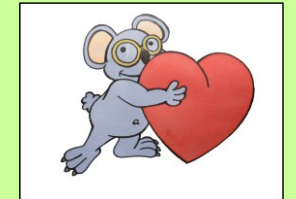
KOKOCIELO

Objetivo: Conciencia emocional
Permite a los niños identificar y etiquetar su estado emocional asociándolo al estado del cielo (sol- contento, nublado- triste, enfadado- tormenta, etc).



KOKOMABLE

Objetivo: Experimentar comportamientos amables con los demás.
Permite al niño darse cuenta de sus propias conductas en las relaciones con los demás y regularlas.



3. ACTIVIDADES ATENCIONALES

10 minutos los viernes

ATENCIÓN

Objetivo: Mejorar la atención

Juegos de atención visual y auditiva



¿Qué podemos hacer en casa?

- . Hablarles de los trucos.
- . Animarles a usar los trucos en casa cuando lo necesiten.
- . Nunca usar los trucos como castigos.
- . Ser modelos de calma, seguridad, atención...
- . Ayudarles a identificar sus emociones KOKOCIELO
- . Ayudarles a identificar cuando son amables KOKOMABLE