

## INDICE

<b>Introducción</b>	<b>9</b>
<b>1. ¿Por qué se alborota la clase?</b>	<b>13</b>
Necesidad de unos límites claros, bien marcados y constantes	14
Inmediatez	18
Coherencia	
Claridad y seguridad	19
Adecuar el ritmo de actividades	20
Problemas de atención	22
La ansiedad en los niños	
Factores personales	25
Factores familiares	
Factores escolares	27
Factores sociales	28
Actividad n.º 1 “En nuestra clase”	30
Actividad n.º 2 “Saber pedir ayuda”	32
Actividad n.º 3 “Vamos a descansar”	34
Actividad n.º 4 “Todos somos importantes”	36
Actividad n.º 5 “Dime que te pasa: te escucho”	38
Actividad n.º 6 “Vamos a un lugar tranquilo”	40
<b>2. Mantener una buena comunicación con los niños</b>	<b>43</b>
Una buena relación personal	44
Respetarlos para que nos respeten	46
Ofrecerles nuestra atención	48
Para que aprendan a expresarse bien hay que escucharlos	50
Valorarlos para mejorar su autoestima	51
Potenciar al mismo tiempo el lenguaje verbal y el no verbal	53
El contacto físico como forma de comunicación	56
La mejor forma de autoridad: la autoridad moral	58
Actividad n.º 7 “La clara lo dice casi todo”	62
Actividad n.º 8 “¿Que le debe estar pasando?”	64
Actividad n.º 9 “¡Hola! ¿Cómo te sientes hoy?”	66
Actividad n.º 10 “Un saludo muy cordial”	68
Actividad n.º 11 “Dibujando estrellas”	70
Actividad n.º 12 “Leni dice que...”	72
<b>3. Empezar con buen pie</b>	<b>75</b>
Establecer buenos hábitos y rutinas	77
La llegada a la clase	78
Los desplazamientos por la escuela	80
La comida	81
Cuando hay que esperar	82
Cambios de actividad	83
A la hora de salir	85
Actividad n.º 13 “El muñeco de trapo”	86
Actividad n.º 14 “El señor nadie”	88
Actividad n.º 15 “Somos unos bebés”	90
Actividad n.º 16 “Las manos en la barriga”	92
Actividad n.º 17 “Respirando en las nubes”	94

Actividad n.º 18 “Respirar muy largo y respirar muy corto”	96
<b>4. Recuperar la calma en una clase alborotada</b>	99
Actividades que alborotan	101
Niños que alborotan	105
Interrupciones	107
Diferencias de ritmo	110
Actividad n.º 19 “Nuestro animal preferido”	112
Actividad n.º 20 “Una persona tranquila”	114
Actividad n.º 21 “ El juguete que mas t gusta”	116
Actividad n.º 22 “Se nos están acabando las pilas”	118
Actividad n.º 23 “El globo que solo baila con la música”	120
Actividad n.º 24 “Ordenando los troncos”	122
<b>5. Recuperar el ambiente de trabajo después de actividades demasiado largas o cansadas</b>	125
Control de las actividades largas	126
Aprender a mantener la atención	127
Atención primaria	
Atención secundaria	129
Atención voluntaria	130
Cuando hay que descansar	132
Actividades inacabadas	136
Saber gestionar las prisas	138
Actividad n.º 25 “Vamos a hacer una pausa::: en la Luna”	142
Actividad n.º 26 “Vemos pasar las nubes”	144
Actividad n.º 27 “Contemplamos los árboles”	146
Actividad n.º 28 “La respiración coloreada”	148
Actividad n.º 29 “La gaviota que se aleja”	150
Actividad n.º 30 “La flor maravillosa”	152
<b>6. Conflictos</b>	155
Conflictos escolares	160
Conflictos infantiles con los compañeros	164
Conflictos colectivos de grupos de niños o bien con otras clases	166
Resolución de conflictos	167
Actividad n.º 31 “Saber escuchar”	170
Actividad n.º 32 “ponerse bajo el sombrero de otro”	172
Actividad n.º 33 “Cuando estamos enfadados	174
Actividad n.º 34 “¿Qué es lo que nos asusta?”	176
Actividad n.º 35 “Todo se puede decir, pero bien dicho”	178
Actividad n.º 36 “¿No hay una solución, sino muchas!”	180
<b>Índice de actividades</b>	183
<b>Bibliografía</b>	187