

ETAPA DE EDUCACIÓN PRIMARIA
COMPETENCIA EMOCIONAL (Pilar Jiménez Tajuelo)

<i>2do nivel</i>	<i>3er nivel</i>	<i>4to nivel de concreción</i>
- Proyectar una Imagen realista de sí mismo	*Ofrecer un discurso realista de sí mismo y sus cualidades.	1- Habla de sus cualidades. 2- Expresa sus limitaciones en relación con propósitos o tareas.
	*Proponer metas ajustadas.	3- Marcar objetivos individuales posibles de alcanzar. 4- Rechaza otros proyectos por reconocer que superan sus posibilidades.
- Utilizar un lenguaje positivo	Expresar sus posibilidades y/o potencialidades ante una tarea o proyecto con lenguaje positivo y optimista	5- Habla de lo que es capaz de realizar. 6-Expresa de manera positiva lo que conoce y domina de una tarea. 7-Expresa, de manera realista, lo que es capaz de mejorar según sus posibilidades, ante una tarea o proyecto de trabajo.
	Expresar de manera constructiva sentimientos y/o emociones positivas referidos a sí mismo, sin caer en el desánimo o en la impotencia.	8- Habla con orden y claridad cuando transmite a otros sus estados de ánimo. 9-Habla de sí mismo, de sus sentimientos y emociones de manera ajustada a la realidad. 10- Reconoce el lenguaje pesimista y procura que no limite sus posibilidades de actuación. 11- No cae en el negativismo ni en la impotencia cuando los resultados suponen un fracaso individual o del equipo con el que participa.
Mantener con herencia el sentido histórico de su experiencia vital .	Narrar experiencias propias situándolas en el tiempo.	12- Expresa situaciones vividas, ubicándolas en el momento ocurrido. 13- Mantiene un relato coherente de su propia biografía. 14- Destaca los momentos claves y los hechos más significativos, relacionándolos de forma objetiva con las circunstancias en las que sucedieron..
	Relacionar vivencias muy significativas y sus consecuencias con la situación presente	15- Describe las experiencias que le han ocurrido en el pasado y las relaciona con las experiencias actuales. 16- Establece relaciones causa-efecto entre hechos del pasado y circunstancias consecuentes actuales. 17- Reconoce decisiones acertadas, que han propiciado posteriores ventajas. 18-Reconoce errores que han dado lugar a inconvenientes y limitaciones.
	Analizar y valorar los logros y los fracasos personales de forma equilibrada.	19- Habla de sus logros sin exageraciones y prepotencia, cuando el contexto comunicativo lo permite. 20- Expresa sus errores y expresa lo que ha aprendido de los mismos. 21- Detecta los elementos concurrentes en la toma de decisiones, identificando lo que lo llevó a actuar de un modo o de otro.
- Actuar con espontaneidad en el aula.	Expresar de manera natural ideas, opiniones.	22-Cuando es necesario, sabe expresar opiniones personales sobre un tema en cuestión. 23-Participa del debate, expresando sus propias ideas u opiniones.

2do nivel	3er nivel	4to nivel de concreción
	Expresar sentimientos de forma oral ante el grupo de iguales.	24- Habla de sus propios sentimientos acorde con la situación que se plantee dentro del grupo aula. 25- Diferencia y expone distintos sentimientos en función de las vivencias expresadas por el grupo. 26- Puede expresar sus sentimientos hacia un individuo concreto dentro del grupo de iguales.
	Defender creencias y valores.	27- Expresa y defiende sus creencias respetando las de los demás. 28- Expresa sus valores individuales, haciendo uso de los mismos, cuando la situación lo requiere.
- Actuar con espontaneidad en pequeño grupo de trabajo	Manifestar su acuerdo, desacuerdo, agrado, etc.	29- Expresa de forma clara y firme su postura ante un tema o cuestión. 30- Escucha las ideas de los demás, reafirmando sus opiniones. 31- Utiliza el lenguaje verbal y el no verbal para enfatizar su posicionamiento respecto de un tema de interés o significativo.
	Reconocer los éxitos de los demás de forma verbal	32- Expresa de manera natural los logros de los demás. 33- Manifiesta aprecio y valoración por los logros de amigos y compañeros. 34- Destaca las razones por lo que es importante para amigos, compañeros o familiares alcanzar determinadas metas.
	Acepta las contrariedades y los fracasos, proponiendo soluciones alternativas.	35- Expresa y asume sus propias dificultades y es capaz de plantearse diferentes alternativas para superarlas. 36- Asume el fracaso como algo personal, sin buscar las causas en otras personas y/o situaciones ajenas a él mismo. 37- Habla de su fracaso personal como algo que puede cambiar y mejorar en el futuro, y no desde un sentimiento de derrota.
Aceptar relaciones afectivas con adultos	Reconocer iniciativas y gestos que implican aceptación y afecto.	38- Sabe detectar muestras de cariño cuando le llegan por parte del adulto. 39- Distingue situaciones que conllevan a un acercamiento por parte del adulto. 40- Distingue conductas que provienen del adulto y que suponen una mayor proximidad y afectividad por parte del mismo.
	Responder a muestras de apreciación y afectividad.	41- Expresa afecto ante los gestos positivos que le llegan del adulto. 42- Responde de forma adecuada a la comunicación verbal y no verbal que expresan aceptación y afecto por parte del adulto.
	Mantener el clima de afectividad positiva.	43- Utiliza gestos y palabras con los adultos que originan y conducen a una situación agradable. 44- Entiende y manifiesta cuáles son los comportamientos adecuados que originan y mantienen un clima de afectividad favorable con los adultos.
Aceptar relaciones afectivas con iguales.	Reconocer iniciativas y gestos que implican aceptación y afecto.	45- Distingue las diferentes muestras de afectividad que le llegan de los iguales. 46- Diferencia las conductas de acercamiento y de rechazo que recibe de los iguales. 47- Distingue y reconoce cuando es querido y aceptado por parte del grupo de iguales.

2do nivel	3er nivel	4to nivel de concreción
	<p>Responder a muestras de apreciación y afectividad.</p> <p>Mantener el clima de afectividad positiva.</p>	<p>48-Acepta y responde de manera positiva, a las muestras afectivas que le llegan de los iguales.</p> <p>49-Actúa con reciprocidad y equitativamente a las conductas afectivas que le llegan del grupo de iguales.</p> <p>50-Expresa conductas afectivas hacia los miembros del grupo de forma que ayudan a crear un clima favorable entre ellos.</p> <p>51- Expresa conductas positivas que promueven la cohesión del grupo.</p> <p>52-Expresa y refuerza las cualidades de los miembros del grupo.</p>
Aceptar relaciones afectivas con animales	<p>Mostrar compasión ante las agresiones dirigidas a los animales.</p>	<p>53-Expresa sentimientos de rechazo hacia las personas que agraden a los animales.</p> <p>54- Expresa malestar y tristeza ante la visión(directa o indirecta) de la violencia dirigida hacia los animales.</p> <p>55-Distingue las conductas agresivas que el ser humano puede poner en práctica en su relación con los animales y expresa su rechazo.</p>
	<p>Reconocer los estados de sufrimiento.</p>	<p>56-Expresa y distingue los diferentes grados de sufrimiento que pueden llegar a padecer los animales (abandono, maltrato físico, etc), hasta llegar a la muerte.</p> <p>57- Diferencia y expresa las diferentes formas que existen para sacrificar la vida de los animales y el consiguiente sufrimiento de los mismos.</p>
	<p>Aceptar la relación de proximidad y contacto físico con especies domésticas.</p>	<p>58-Expresa y acepta conductas de acercamiento y de contacto físico con los animales domésticos.</p> <p>59-Clarifica y expone los valores (respeto, tolerancia, responsabilidad...) que se ponen en práctica cuando se convive con especies domésticas.</p> <p>60-Expone los prejuicios que existen alrededor de las conductas relacionadas con el contacto físico hacia los animales domésticos (contagio de enfermedades, etc).</p>
Controlar los impulsos de agresividad.	<p>Dominar las reacciones violentas dirigidas hacia los demás.</p>	<p>61- Mantiene el autocontrol ante situaciones violentas, que puedan surgir de la interacción con los demás.</p> <p>62-Transmite serenidad y tranquilidad ante situaciones conflictivas que puedan surgir en el seno de las relaciones interpersonales.</p>
	<p>Dominar las reacciones de agresividad verbal dirigidas hacia los demás.</p>	<p>63- Expresa de manera adecuada el enfado ante distintas situaciones conflictivas con los demás</p> <p>64- Utiliza el diálogo y la mediación como estrategias para la resolución de conflictos de forma no violenta.</p> <p>65- Utiliza un adecuado uso de lenguaje verbal cuando se trata de resolver conflictos interpersonales.</p>