



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Trabajo Fin de Grado

**LA EDUCACIÓN
EMOCIONAL EN
EDUCACIÓN INFANTIL.**

Alumno/a: **Juana Sánchez Valdivia**

Tutor/a: Mercedes Llorent Vaquero
Dpto.: Departamento de pedagogía

Mayo, 2020.



Índice

Resumen.....	2
1. MARCO TEÓRICO.....	3
1.1. Introducción.....	3
1.2. Conceptualización de las emociones.....	4
1.3. Educación emocional.....	5
1.4. La importancia del docente en la Educación emocional.....	8
1.5. Inteligencia emocional.....	9
1.6. Las emociones en Educación infantil.....	11
2. JUSTIFICACIÓN.....	13
3. OBJETIVOS.....	14
4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA.....	15
4.1. Contexto.....	15
4.2. Metodología.....	16
4.3. Objetivos de la propuesta.....	17
4.4. Aplicación en el aula.....	18
4.5. Temporalización.....	19
4.6. Actividades.....	20
5. EVALUACIÓN.....	28
6. CONCLUSIÓN.....	30
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	31
8. ANEXOS.....	35



RESUMEN

Este trabajo de fin de grado ha sido elaborado para diseñar una propuesta de intervención didáctica con el fin de trabajar la educación emocional en el segundo ciclo de Educación Infantil. Tras recabar información sobre el tema en diferentes bases de datos, se han desarrollado los distintos puntos del trabajo. Es conveniente que se conozca la importancia de la educación emocional y la inteligencia emocional ya que trabajar las emociones es indispensable para el completo desarrollo de la persona, y ese es el principal objetivo de la educación. Para ello se han preparado una serie de actividades a llevar a cabo en la propuesta didáctica con las que se trabajan la conciencia emocional, la regulación emocional, habilidades socio-emocionales, habilidades para la vida y el desarrollo de la autoestima. La infancia es el mejor momento para trabajar la educación emocional, si conseguimos nuestro objetivo estaremos preparando a los alumnos para la vida ya que serán personas capaces de solucionar conflictos y seguros de sí mismos.

Palabras clave: Educación emocional, inteligencia emocional, emociones, educación infantil, propuesta didáctica.

ABSTRACT:

This final degree project has been prepared to design a proposal for didactic intervention in order to work on emotional education in the second cycle of Childhood Education. After gathering information on the subject in different databases, the different points of the work have been developed. It is convenient to know the importance of emotional education and emotional intelligence since working on emotions is essential for the complete development of the person, and that is the main objective of education. For this reason, a series of activities have been prepared to be carried out in the didactic proposal with which emotional awareness, emotional regulation, socio-emotional skills, life skills and the development of self-esteem are worked on. Childhood is the best time to work on emotional education, if we achieve our goal, we will be preparing students for life as they will be people capable of solving conflicts and confident.

Key words: Emotional education, emotional intelligence, emotions, early childhood education, didactic proposal.



1. MARCO TEÓRICO

1.1 INTRODUCCIÓN

Durante mucho tiempo, la educación ha ido encaminada a una enseñanza de carácter puramente estricto y memorístico de conocimientos aislados entre sí. En cambio ahora se está logrando dirigir la educación hacia una enseñanza de carácter globalizador y holístico. Los procesos de aprendizaje son muy complejos ya que son el resultado de una gran variedad de causas en un solo producto. Estas causas vienen dadas tanto del ámbito cognitivo como del emocional. Aunque el modelo educativo tiende a ignorar o quitarle importancia a los aspectos emocionales, esta situación cambió a partir de la revolución educativa generada por el constructivismo (García Retana, 2012).

Tal y como afirmó Tapia (1998), quizás el aumento de suicidios juveniles, el consumo de drogas en adolescentes, las depresiones infantiles y los numerosos y evidentes problemas de la población infantil y de la población en plena fase de adolescencia sean consecuencia de la ignorancia del desarrollo emocional de los niños y niñas por parte del currículum escolar y el modelo educativo que se les aplica.

Como consecuencia del cambio educativo generado por el surgimiento del constructivismo y el impacto de la teoría de las inteligencias múltiples, en la pedagogía se incluyen las emociones como uno de los aspectos indispensables para la formación integral de los individuos, a partir de esta idea se considera a la educación emocional tan importante como la educación académica, por lo tanto no es posible aplicar cualquiera de estos dos aspectos por separado. (García Retana, 2012).

El principal objetivo de toda educación es el desarrollo humano o, dicho de otra manera, la educación debe preparar para la vida. Pero para esto tiene que atender principalmente los aspectos emocionales, esto es trabajar educación emocional (Bisquerra, 2005). Por otro lado la educación se caracteriza por la relación intrapersonal repleta de factores emocionales, por lo tanto se le da una atención especial a las emociones ya que tienen mucha influencia en el proceso educativo (Vivas García, 2003).



1.2 CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS EMOCIONES

Las emociones se pueden definir como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2000:61).

Hay varios tipos de clasificación de las emociones:

- Desde una perspectiva cognitivista, las emociones se dividen en *positivas* cuando la situación es beneficiosa y se acompaña de sentimiento placenteros (felicidad, alegría, afecto, amor, etc.), *negativas* la situación es “amenazante” y se acompaña de sentimientos desagradables (miedo, ira, hostilidad, tristeza, odio, asco, etc.) y *ambiguas o neutras* cuando no se acompañan de ningún sentimiento (esperanza, compasión, sorpresa, etc.) (Casassus, 2006).
- Desde una perspectiva psicopedagógica distinguimos entre *placer/no placer*. Goleman (1996) también distinguió entre emociones *primarias* que son las emociones innatas y universales y que se expresan de la misma manera sin importar el entorno y *secundarias* que son combinaciones de las emociones primarias y dependen tanto del contexto como de las relaciones personales.
- Según la respuesta que brinda el sujeto, podemos diferenciar entre emociones de *alta energía* y emociones de *baja energía*, es probable que ambos tipos de emociones se manifiesten a la vez (Santrock, 2002).

A partir de lo anterior es comprensible que existan diferentes opiniones con respecto a lo que son las emociones, las emociones son consideradas como temporales (Ormrod, 2005), de corta e intensa duración, por el contrario, los sentimientos y estados de ánimo son considerados menos intensos y de más duración que las emociones (Guerit y Zimbardo, 2005).

Francisco Mora resume las emociones en 7 pilares básicos (Mora, 2008):

- Primero → Las emociones sirven para defendernos de estímulos negativos y acercarnos a aquellos que nos resultan placenteros. Por eso podemos decir que las emociones son motivadoras, nos mueven a conseguir o evitar aquello que nos resulta beneficioso o dañino.



- Segundo → Las emociones hacen que la conducta del propio individuo varíe dependiendo de los acontecimientos a los que se enfrente. Son reacciones que ayudan a encontrar la respuesta más adecuada ante una posible situación de alerta.
- Tercero → Las emociones sirven de alerta ante un estímulo del individuo. La reacción emocional activa a muchos de los sistemas y aparatos del organismo (sistema cerebral, endocrino, metabólico, cardiovascular, respiratorio, etc.).
- Cuarto → Las emociones mantienen alerta la curiosidad y el interés por conocer cosas nuevas.
- Quinto → Las emociones sirven incluso de lenguaje para comunicarse unos individuos con otros, ya sean de la misma especie o no. Para el hombre, este lenguaje es rápido y efectivo. Esto ayuda tanto al éxito biológico como social.
- Sexto → Las emociones nos permiten almacenar recuerdos de una manera más efectiva ya que si un acontecimiento se asocia a un episodio emocional, ayuda a almacenar mucho mejor lo sucedido.
- Séptimo → Las emociones son pilares sobre las que se apoyan las diferentes funciones del cerebro. Los procesos cognitivos se crean en las áreas de asociación de la corteza cerebral con información que ya viene llena de emociones, por lo que la emoción es fundamental en la toma de decisiones de las personas.

1.3 EDUCACIÓN EMOCIONAL

Tradicionalmente, en la educación, se ha dado más importancia a la adquisición de conocimientos que a las emociones siendo ambos aspecto de igual importancia. Educar significa considerar el desarrollo integral de las personas potenciando así todas las capacidades del individuo tanto cognitivas, físicas, morales y lingüísticas como afectivas y emocionales (López Cassà, 2005).

Analizando la sociedad actual podemos ver que mucho de los problemas a los que se enfrenta la población, y sobre todo la población adolescente, vienen dados por el “analfabetismo emocional”. Por lo tanto conviene resaltar la importancia de la educación emocional (Bisquerra, 2001).

Educar emocionalmente significa validar las emociones del sujeto y ayudarle a tener empatía con los demás, aprender a identificar, nombrar y gestionar las emociones, a resolver problemas y a tener autoestima para así quererse y aceptarse. Según Bisquerra podemos definir la educación emocional de la siguiente manera:



Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2000: 243).

La educación emocional se entiende como imprescindible para el logro del desarrollo integral de la persona. Bisquerra (2000, 2002) en sus aportaciones destacó los siguientes principios de la educación emocional:

- El desarrollo emocional forma parte del total desarrollo de la persona. Una persona abarca cuerpo, emociones, intelecto y espíritu. Por lo tanto la educación de las emociones y sentimientos debe ser atendida.
- La educación emocional es un proceso de desarrollo que engloba tanto lo personal como lo social y esto conlleva cambios cognitivos, actitudinales y procedimentales.
- La educación emocional debe ser continua y permanente y estar presente en todo el currículum.
- La educación emocional debe tener carácter participativo para así poder realizar acciones conjuntas y cooperativas con todos los miembros de las instituciones educativas.
- La educación emocional debe ser flexible para poder pasar por un proceso de revisión y evaluación constante que le permita adaptarse a las necesidades y circunstancias de los individuos.

Greenberg (2000), defiende que para un desarrollo óptimo de la educación emocional, es necesario que tanto en los hogares como en las escuelas se fomente un entorno adecuado para que los individuos puedan desarrollarse emocionalmente, así como se han creado entornos físicos en los que se desarrollan aspectos corporales e intelectuales.

Extremera y Fernández Berrocal (2001) recomiendan que los programas de educación emocional sean permanentes en el currículum incluyendo a las familias y al entorno social y no se trabajen de forma ocasional en momentos de crisis y desesperación porque sólo de esa manera se favorecerá el desarrollo de las habilidades emocionales.



La educación emocional se justifica en las relaciones sociales y busca el desarrollo de competencias emocionales para así contribuir a un óptimo bienestar personal y social de los individuos (Bisquerra, 2003).

Goleman (1996) defiende que el primer encuentro que un niño/a tiene con la educación emocional es a manos de su familia y acentúa la importancia de este temprano aprendizaje ya que, en edades tempranas, el cerebro del niño/a tiene su máxima plasticidad y, por lo tanto, el aprendizaje es más profundo.

La educación emocional debe estar presente en la vida de todo ser humano, desde el inicio de esta y acompañarlo a lo largo de todo su ciclo vital, tanto en la educación formal como en la no formal ya que las relaciones sociales fuera del entorno educativo son de vital importancia para el desarrollo de las emociones del individuo (Bisquerra, 2011).

Según Bisquerra (2003), dentro de la educación emocional se encuentran las siguientes competencias:

- Conciencia emocional: Supone conocer la diferencia entre pensamiento, emoción, conducta, etc. Conocer las emociones propias y las ajenas no es tarea fácil y se consigue observando comportamientos, tanto el propio como el de los demás.
- Regulación emocional: Relacionado con habilidades para resolver conflictos, desarrollo de la asertividad, afrontar problemas, controlar el propio estrés, etc.
- Motivación: Es considerada un pilar fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje y se relaciona con la emoción.
- Habilidades socio-emocionales: Su conjunto facilita las relaciones con los demás ya que fomenta habilidades necesarias para las interrelaciones de los individuos.
- Habilidades para la vida: experimentar el lado bueno de los acontecimientos en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana (escolar, familiar y social).
- Desarrollo de la autoestima: Configura el autoconcepto de cada individuo y es fundamental para conseguir el desarrollo de la empatía.

La educación emocional no es tan novedosa como parece, Sócrates, Platón, Aristóteles, Epicuro, Epicteto y Séneca ya trataron el tema de la educación de los sentimientos. Descartes escribió “Tratado de las pasiones” y es que antiguamente a las emociones y sentimientos se les conocía como pasiones. Rousseau es el gran educador de Europa. Todos



estos pensadores incluían la educación de las emociones dentro del marco de la ética (Marina, 2005).

Bisquerra (1998) propone que la educación emocional está fundamentada en los movimientos de renovación pedagógica donde se hablaba de una educación para la vida en la que lo más importante era la afectividad. Estos movimientos los proponían teóricos como Pestalozzi, Montessori, Froebel, Dewey, etc. Otros movimientos que tienen gran influencia en la educación emocional son la educación psicológica, el aprender a pensar, la educación para la salud, las habilidades sociales y la educación moral.

1.4 LA IMPORTANCIA DEL DOCENTE EN LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

El profesor ya no es un transmisor de conocimientos sino que ahora toma el papel de conducir a su grupo de alumnos, saca lo mejor de cada uno de ellos, hace de mediador resolviendo de forma asertiva los conflictos del aula, motiva a sus alumnos y les enseña adecuándose a las características de cada uno de ellos logrando así un grupo clase respetuoso (Soler, Aparicio, Díaz, Escolano y Rodríguez, 2016).

Meyer y Turner (2002) defienden que el apoyo cognoscitivo no lo es todo en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Algunas investigaciones afirman que las actitudes afectivas de los docentes son muy importantes tanto en el ámbito académico como en lo interpersonal. El efecto que tiene la educación en el futuro emocional de los alumnos se puede ver reflejado en dos direcciones. Por un lado los procesos de escolarización dejan huella en las personas, sobre todo en sus primeros años de formación. Por otro lado, el maestro siempre ha sido un modelo para sus alumnos por lo que, la manera en la que maneje y afronte sus emociones será un referente para los niños/as. Martín y Boeck (1997:181), con respecto a esto, afirman lo siguiente:

Los alumnos que tienen profesores inteligentes, desde el punto de vista emocional, disfrutan asistiendo a la escuela, aprenden sin pasar miedo alguno y van edificando una sana autoestima. Pero, sobre todo, la postura humana del profesor trasciende a ellos.

Un profesional de la docencia debe conocer sus propias emociones y controlarlas, debe ser capaz de motivarse a sí mismo, debe mostrar empatía tanto con los alumnos como con sus padres, etc. El docente, en múltiples ocasiones, se ve enfrentado a situaciones



relacionadas con el poco desarrollo de la inteligencia emocional de sus alumnos, como puede ser dificultad para relacionarse, conductas inadecuadas o no saber afrontar los problemas entre otras muchas situaciones. Por lo tanto, es muy importante que el docente tenga una clara conciencia de sí mismo y de sus emociones, confianza en sí mismo, que preste atención a sus estados de ánimo y que los exprese de manera adecuada ya que es esto mismo lo que va a enseñar a sus alumnos (Gallego, Alonso, Cruz y Lizama, 1999). La capacidad de identificar, comprender y regular las emociones es fundamental por parte del docente ya que estas capacidades influyen en el proceso de aprendizaje y en la salud, tanto física y mental como emocional de los alumnos y son muy importantes para que los niños/as puedan establecer relaciones interpersonales y constructivas además de potenciar su rendimiento académico (Cabello, Ruiz y Fernández, 2010).

Que el docente esté convencido de lo que hace es uno de los recursos más importantes para ganar la actitud de los alumnos, tal que si el docente quiere tener una repercusión positiva en sus alumnos, se tiene que ganar tanto la razón como el corazón de estos, sólo de esta manera sus esfuerzos tendrán éxito (García Retana, 2012).

Extremera y Fernández-Berrocal (2002) defienden que en los procesos de aprendizaje, es muy importante reforzar tanto el ámbito emocional como el cognitivo puesto que las emociones influyen mucho en la motivación del alumnado, es importante llevar a cabo un buen desarrollo emocional para que así el clima para el aprendizaje sea el adecuado.

1.5 INTELIGENCIA EMOCIONAL

No podemos hablar de educación emocional sin detenernos en la inteligencia emocional ya que van estrictamente unidas. Hay muchos autores que tienen diferentes concepciones sobre la inteligencia emocional y vamos a ver algunas de sus aportaciones sobre este tema.

Gardner (1995), define las competencias cognitivas como un conjunto de habilidades, en las que podemos diferenciar las inteligencias múltiples (Gardner, 2001) y en estas despuntan la inteligencia interpersonal y la intrapersonal (López Cassà, 2005).

Por una parte, la inteligencia interpersonal es la capacidad de implantar desigualdades entre personas como puede ser tener empatía con los demás, establecer relaciones sociales con éxito, etc. Por otra parte, la inteligencia intrapersonal se refiere al conocimiento de uno mismo, reconocer y poner nombre a las propias emociones, quererse a uno mismo, regular las emociones, etc. (López Cassà, 2005).



Hay autores como Oriol (2004) que definen la inteligencia emocional como un recurso motivacional, el más importante para poder vivir.

Hein (2004) piensa que la inteligencia emocional es un potencial innato con el que nacemos y que se desarrolla de manera correcta o incorrecta dependiendo de las experiencias que el recién nacido tenga con su familia y entorno social ya que estos aspectos tienen una gran repercusión en su desarrollo.

Yoney (2001) defiende que aunque muchos de los caracteres de la inteligencia emocional vienen determinados por la genética, las habilidades de la inteligencia emocional pueden ser aprendidas a lo largo de la vida del individuo a través de experiencias, interacciones sociales, etc.

Salovey y Mayer (1990) en su artículo “*Emotional Intelligence*”, se apoyan en los trabajos de Gadner para tratar de explicar el concepto de inteligencia emocional que está dividido en cinco ideas principales (Salmerón 2002). Aunque este artículo pasó desapercibido hasta que lo divulgó Goleman en 1995. Aun así, las cinco ideas principales son las siguientes:

- El conocimiento de las propias emociones, para poder reconocerlas cuando aparezcan y saber por qué aparecen y qué sentimos cuando las experimentamos.
- La capacidad de controlar las emociones, para saber reaccionar ante ellas y no sentirnos arrastrados por sus efectos.
- La capacidad de motivarse a sí mismo, potenciando la mejor capacidad de cada individuo para aprender a disfrutar evitando influencias de factores externos.
- El reconocimiento de las emociones ajenas, para desarrollar la empatía que ayuda a identificar y comprender cómo se sienten las personas de nuestro entorno.
- Capacidad para controlar las relaciones, y hacerlas adecuadas con los demás en todas las situaciones.

Según la posterior revisión de Mayer y Salovey (1997) la inteligencia emocional consiste en la habilidad para manejar sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones y estructuran su modelo en cuatro bloques que son: percepción emocional (tener la capacidad de percibir, identificar, expresar y valorar emociones correctamente), facilitación emocional del pensamiento (las emociones dirigen la atención hacia la información relevante), comprensión emocional (comprender las emociones, tener la capacidad de darles nombre



y reconocer las transiciones entre estas; cómo pasar del amor al odio)y regulación emocional (controlar y regular las emociones, capacidad para frenar las emociones negativas y potenciar las positivas, etc.) (Punset et al. 2012).

Sin embargo, los dos modelos anteriores son diferentes y posteriormente surgieron otros modelos de los cuales podemos identificar aún más diferencias. Por lo tanto desarrollamos un debate pero aun así se reconoce que existen unas competencias emocionales que todo individuo debería aprender. El método para desarrollar dichas competencias emocionales se le reconoce como educación emocional (Punset et al. 2012). A pesar de la relación que mantiene el concepto de educación emocional e inteligencia emocional, este último aunque sea de gran importancia, no está incluido en el currículo de educación infantil.

1.6 LAS EMOCIONES EN EDUCACIÓN INFANTIL

En la escuela infantil se utilizan muchos programas cognitivos con estrategias para mejorar. Estos programas hacen que los niños/as escuchen, razonen, piensen y hablen mejorando así sus niveles de aprendizaje. Pero también desarrollan competencias relacionadas con otros aspectos del desarrollo como las emociones. El desarrollo emocional es considerado esencial para la vida, sobre todo en las primeras etapas de escolarización y por eso los docentes defienden que a partir de esta base fundamental que es la educación emocional, pueden desarrollarse todas las demás capacidades (Viloria, 2005).

Según el REAL DECRETO 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil, uno de los principales fines de la Educación Infantil es el de contribuir en el desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de niños y niñas.

En el currículo del segundo ciclo toman especial importancia a los aprendizajes orientados al conocimiento, valoración y control que niños y niñas van adquiriendo de su propia persona. En este ciclo, el entorno de los niños y niñas es más amplio, lo que conlleva un aprendizaje más orientado hacia el establecimiento de relaciones sociales.

El área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal hace referencia a la construcción de la propia identidad y de su madurez emocional. Además en esta área se atenderá al desarrollo de la afectividad como dimensión esencial de la personalidad infantil, potenciando el reconocimiento, la expresión y el control de las emociones.



Identificar y expresar las emociones aparece tanto en objetivos como en contenidos y en criterios de evaluación del currículo de Educación Infantil.

Además de hacer referencia a las emociones en el área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal, también aparece en los otros dos grandes bloques que son, conocimiento del entorno y lenguajes: comunicación y representación.

Como hemos anotado antes, en el currículo de Educación Infantil no aparece el concepto de inteligencia emocional aunque es importante trabajarlo para que así los niños y niñas desarrollen aptitudes que contribuirán a su felicidad en la vida adulta ya que serán capaces de controlar sus propias emociones, enfrentarse a obstáculos y fomentar la motivación para realizar actividades además así los niños y niñas estarán abiertos y dispuestos a progresar.

Podemos considerar la educación emocional como un tema transversal. Conocemos la transversalidad como un contenido curricular basado en aptitudes, valores y normas que dan respuesta a problemas sociales de la actualidad. Los temas transversales conectan la escuela con la realidad y fomentan la educación en valores, son desarrollados a lo largo de todo el currículo (principio de omnipresencia) por lo que es responsabilidad de todos los profesores la educación de los temas transversales en todas las materias y a lo largo de todo el ciclo (Bisquerra, 2001).

Si consideramos que el desarrollo de las competencias emocionales se desarrolla desde que un individuo nace hasta que es adolescente, podemos valorar la importancia que toman las relaciones y los referentes en la adquisición del autoconcepto, la empatía y la comprensión del mundo. Estas competencias emocionales se aprenden tanto de forma directa (acciones educativas planificadas y con un objetivo concreto) como indirecta (acciones educativas no planificadas, es contenido implícito) a las que conocemos como currículum oculto (Parker et al. 2004).

Gallego (2004) propone tres modelos desde los que se puede desarrollar la educación emocional en el ámbito educativo:

- La autorreflexión de la práctica educativa con respecto al desarrollo emocional. Tenemos que tomar conciencia de cómo actuamos y de cómo estamos educando emocionalmente. Revisar nuestras propias respuestas y hacer reflexión de la



propia actuación va a permitir que la enseñanza que proporcionemos al alumnado permita un total desarrollo emocional del mismo.

- Integrar prácticas educativas adecuadas para el desarrollo de las capacidades cognitivo-emocionales. Para completar y justificar el planteamiento teórico, es necesaria la realización de actividades que permitan poner en práctica lo aprendido y afianzar conocimientos.
- Entrenamiento de las emociones a partir de sesiones en las distintas áreas del currículum en las que se trabajen aspectos importantes para el desarrollo emocional.

2. JUSTIFICACIÓN

La educación emocional es un tema al que no se le suele dar demasiada importancia en las aulas, sin embargo, los docentes deberían plantearse introducirlo en sus rutinas diarias. Ya que la educación emocional forma parte del desarrollo integral del individuo.

Robinson (2015) afirma que en la mayoría de los colegios se le da de lado a la educación emocional debido a que se le da más importancia a otras asignaturas como las matemáticas, el conocimiento del entorno, etc. Dato contradictorio si lo comparamos con la LOMCE (Ley Orgánica 8/2013, de 9 de noviembre, para la mejora de la calidad educativa) ya que su objetivo principal es alcanzar el desarrollo íntegro de la persona y, para ello, es imprescindible el desarrollo de la parte emocional.

Diferentes estudios de numerosos autores como López Cassà (2003), Maslow (1982) y Bisquerra (2003) entre otros, afirman que la educación emocional es un factor de vital importancia para trabajar con el alumnado, se añade que lo ideal es empezar a trabajar las emociones desde edades tempranas ya que como defendió Goleman (1996), el aprendizaje sería más profundo debido a la plasticidad del cerebro del niño.

Sabemos que en la etapa de infantil está muy presente el egocentrismo en el alumnado por lo que es muy habitual que en el aula surjan pequeños conflictos entre alumnos. Esta es una buena razón para introducir la educación emocional en las rutinas habituales ya que así, a pesar de su corta edad, aprenderán a solucionar sus propios conflictos desde el respeto y del mismo modo, potenciarán su autoestima.

Otra de las razones por las que este tema me resulta de vital importancia es el desequilibrio emocional al que se enfrenta un gran número de adolescentes que desencadenan baja autoestima, depresiones, delincuencia, agresividad, etc. Si estos adolescentes tienen conocimientos básicos sobre educación emocional estas situaciones pueden ser evitadas



o controladas con mayor facilidad. Podemos encontrar datos sobre estos problemas en Youth Risk Behavior Surveillance System (YRBSS) patrocinado por United States Centers for Disease Control and Prevention (2003), también aportan datos de los comportamientos de riesgo autores como Dryfoos (1997) y Sells y Blum (1996) entre otros.

Considero que la labor del docente es preparar a los niños y niñas para la vida y, para ello, a la vez de inculcar conocimientos de diversos ámbitos, también deben potenciar habilidades sociales, conocimientos emocionales como la empatía, la asertividad y la tolerancia entre otros, ya que así en un futuro serán personas objetivas, críticas, capaces de resolver problemas y sobre todo felices.

3. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Diseñar una propuesta de intervención educativa para alumnos de 4 años de infantil, en la que se adquieran conocimientos para gestionar sus propias emociones y comprender las de los demás.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Recabar información sobre aspectos relacionados con la educación emocional.
- Revisar técnicas sobre cómo trabajar la educación emocional en el aula de infantil.
- Diseñar actividades motivantes y llamativas para fomentar la competencia emocional del alumnado.
- Desarrollar la propuesta de intervención educativa en un aula de infantil.
- Evaluar la propuesta de intervención una vez llevada a cabo.



4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

4.1 CONTEXTO

Realizaremos la propuesta en un centro educativo de la localidad de Porcuna (Jaén). El pueblo de Porcuna tiene entre 6.000 y 7.000 habitantes, en lo relacionado a las actividades económicas, la mayoría de las personas se dedican al sector agrícola ya que una de las principales fuentes de este pueblo es el aceite de oliva.

La localidad se encuentra bajo un contexto socioeconómico medio-trabajador, por lo que el alumnado en lo que a ello interfiere proviene de una clase media, diverso en sus posibilidades y con diferentes nacionalidades. La principal fuente económica de la población es la agricultura puesto que es un pueblo en el que abunda el olivo y la producción de aceite de oliva.

El centro en el que se pondrá en práctica la propuesta es el C. D. P.C Santa Teresa, es un centro de carácter concertado bilingüe (español e inglés) y ofrece aula matinal, servicio de comedor y actividades extraescolares. La titularidad del centro pertenece a una congregación religiosa, Religiosas de San José de Gerona. El centro es de una sola línea, tanto de infantil como de primaria cuenta con un número de estudiantes de en torno a 215, para los que hay habilitados 12 maestros, nueve de ellos tutores y dos directoras una pedagógica y la directora titular. Tres pertenecen a la especialidad de inglés, otros tres a la de música, 2 para educación física, uno para francés y varios habilitados para impartir religión. A parte se encuentra el orientador, una maestra para el aula compensatoria dirigida a apoyo a alumnado extranjero y temporero. El centro dispone también de refuerzo pedagógico (ayuda puntual a alumnos con alguna dificultad) y un aula de apoyo a la integración, donde se trabaja con alumnos que necesitan una adaptación curricular.

El centro además trabaja en diferentes programas y proyectos de los cuales resaltan: la Pastoral Escolar, Proyecto Bilingüe, Programa Beda, Plan de compensación educativa, Programa de promoción de hábitos de vida saludable: creciendo en salud, Plan de Convivencia, Proyecto Escuela-Espacio de paz, Plan de Igualdad de Género en Educación, Profundiza y Plan de orientación y Acción Tutorial.

Además, el centro cuenta con un Equipo de Pastoral, esto se trata de un grupo formado por padres y madres del alumnado, así como colaboradores maestros y Religiosas de San José de Gerona, que además aportan su patrimonio material a la acción pedagógica. Este grupo de personas anima y coordina la acción educativa en valores en diferentes actividades escolares a lo largo del curso.



El aula donde llevaremos a cabo la propuesta es el segundo curso del segundo ciclo de infantil. Esta aula consta de 19 alumnos de 4 años, de los cuales 12 son niños y 7 son niñas. Es importante tener en cuenta si hay algún alumno con necesidades educativas especiales (N.E.E), en este aula tenemos un niño que tiene dificultades en el lenguaje por lo que le resulta difícil expresarse. En las actividades en las que los niños y niñas deben expresar sus emociones o alguna situación, tendremos en cuenta que él necesita más tiempo y quizás ayuda en algún momento.

4.2 METODOLOGÍA

Esta propuesta didáctica se llevará a cabo a través de una metodología lúdica, participativa (Montessori), significativa y activa. Buscamos que los niños y niñas sean los que construyan el aprendizaje y sean en todo momento los protagonistas del mismo. La metodología de esta propuesta se basará en el constructivismo ya que serán los niños y niñas los que, con su propia implicación y participación, construyan su propio aprendizaje. Para ello partiremos de las necesidades e intereses de los alumnos y de sus conocimientos previos para poder partir hacia el aprendizaje de la educación emocional. Así los niños y niñas irán ampliando sus conocimientos y eliminando ideas erróneas.

En la propuesta trabajaremos las emociones a partir de juegos, cuentos y actividades que mantengan motivados (Bruner) a los alumnos ya que ellos van a ser los principales protagonistas de su propio aprendizaje.

A lo largo de esta propuesta didáctica los aprendizajes metodológicos que llevaremos a cabo serán los siguientes:

- Principio de socialización: Estará presente en todas las actividades de la propuesta ya que los niños y niñas tendrán que relacionarse con los demás compañeros. Este principio es fundamental puesto que fomenta las relaciones sociales.
- Principio de actividad (Montessori): Los niños y niñas aprenderán a partir de la acción. Este principio hace que el alumnado construya sus propios conocimientos a través de la acción y la experimentación.
- Globalización (Decroly): El enfoque globalizador es imprescindible para conseguir un aprendizaje significativo ya que la globalización se centra en las capacidades y necesidades de los niños y niñas.
- Motivación (Bruner): Debemos mantener a los niños y niñas motivados para que aprendan y se diviertan en todo momento.



4.3 OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

OBJETIVOS GENERALES.

- Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.
 - Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.
 - Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros
- Conocimiento del entorno.
 - Relacionarse con los demás, de forma cada vez más equilibrada y satisfactoria, interiorizando progresivamente las pautas de comportamiento social y ajustando su conducta a ellas.
- Lenguajes: comunicación y representación.
 - Expresar emociones, sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención y a la situación.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

Los objetivos específicos que se pretenden alcanzar con esta propuesta de intervención didáctica son los siguientes:

- Favorecer el desarrollo integral de los niños y niñas.
- Adquirir conocimientos sobre las propias emociones y las de los demás.
- Expresar las emociones de manera adecuada.
- Desarrollar habilidades para gestionar las propias emociones.
- Identificar las emociones, tanto las propias como las de los demás.
- Desarrollar habilidades para trabajar de manera cooperativa.
- Adoptar una actitud positiva.
- Fomentar la autoestima.



- Desarrollar capacidades para relacionarse de forma satisfactoria.
- Adquirir habilidades para resolver conflictos.
- Encontrar el bienestar con uno mismo y con los demás.
- Adquirir conceptos como empatía y asertividad.
- Prevenir o controlar los efectos contraproducentes de las emociones negativas.
- Adquirir habilidades para generar emociones positivas.
- Desarrollar habilidades que les permitan ser personas empáticas.

4.4 APLICACIÓN EN EL AULA

Para la realización de esta propuesta de intervención vamos a basarnos en las competencias de la educación emocional que estableció Bisquerra (2003). Estas competencias (conciencia emocional, regulación emocional, motivación, habilidades socio-emocionales, habilidades para la vida y desarrollo de la autoestima) van a fundamentar las sesiones de la propuesta. A pesar de que son 6 competencias, la propuesta constará de 5 sesiones ya que la motivación, que es fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje, estará presente en todas las sesiones. Para trabajar cada sesión se desarrollarán una serie de actividades con las que cumpliremos los objetivos propuestos. Como hemos citado anteriormente, las 5 sesiones de esta propuesta están basadas en las competencias de Bisquerra (2003), a continuación se explica lo que cada competencia ofrecerá a los niños y niñas.

SESIÓN	DESCRIPCIÓN
1. CONCIENCIA EMOCIONAL	Supone conocer las emociones propias y ajenas, para ello es necesario detectar los conocimientos previos del alumnado y a partir de ahí ampliar y afianzar los conocimientos.
2. REGULACIÓN EMOCIONAL	Supone la adquisición de habilidades para resolver conflictos, desarrollar la asertividad, controlar el estrés, etc. Para ello es necesario expresar y gestionar las propias emociones de manera correcta.



3. HABILIDADES SOCIO-EMOCIONALES	El conjunto de las habilidades socio-emocionales facilita las relaciones con los demás individuos y, dado a que vivimos en sociedad, es fundamental tener habilidades que nos permitan relacionarnos con los demás.
4. HABILIDADES PARA LA VIDA	Experimentar el lado bueno de los acontecimientos, para ello debemos ayudar a los niños y niñas a encontrar el bienestar consigo mismo y con los demás.
5. DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA	Supone el desarrollo del autoconcepto para así poder adquirir conceptos como la empatía y la autoestima. Así no tendrán problemas para gestionar las emociones y enfrentarse a situaciones de la vida diaria.

4.5 TEMPORALIZACIÓN

Esta propuesta puede llevarse a cabo en cualquier momento del curso escolar, aunque se propone para los meses de abril y mayo, utilizando así el principio del tercer trimestre. De esta manera los niños y niñas ya llevan gran parte del curso juntos y han adquirido confianza tanto con los compañeros como con el docente y no tendrán ningún problema a la hora de expresarse.

Hemos dividido la propuesta en 5 sesiones, cada sesión consta de tres o cuatro actividades y se necesita una semana para la realización de cada sesión. Utilizaremos los primeros días de la semana para la realización de las actividades propuestas y los días que queden para terminar la semana los dedicaremos a afianzar conocimientos, es decir, reforzar lo que hemos aprendido esa semana.

En el siguiente cronograma se muestra cómo se distribuyen en el tiempo las diferentes sesiones de la propuesta:



	ABRIL		MAYO		
SESIONES	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3
CONCIENCIA EMOCIONAL	★				
REGULACIÓN EMOCIONAL		★			
HABILIDADES SOCIO- EMOCIONALES			★		
HABILIDADES PARA LA VIDA				★	
DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA					★

4.6 ACTIVIDADES

SESIÓN 1 → CONCIENCIA EMOCIONAL.

✓ ACTIVIDAD 1: Cuento emocional.

Descripción → Esta actividad nos servirá para introducir el tema, en la asamblea contaremos un cuento relacionado con las emociones y al terminar, plantearemos una serie de preguntas a los alumnos para saber los conocimientos previos de los que debemos partir. Hay una gran variedad de cuentos infantiles para las emociones como pueden ser “Las emociones de Nacho” o “El monstruo de los colores” (Anexo 1). Y algunas de las preguntas que realizaremos a los niños y niñas al terminar el cuento serán ¿Cómo os sentiríais si...? ¿Qué emociones ha sentido el protagonista del cuento? ¿Cómo lo podríamos ayudar? Etc.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:



- Materiales: Cuento.
- Humanos: El docente y el alumnado.
- Temporales: 20 minutos aproximadamente.
- Espaciales: El aula ordinaria
- Agrupamientos: Grupo de clase.

✓ **ACTIVIDAD 2: El dado de las emociones.**

Descripción→ Para realizar esta actividad necesitaremos un dado (Anexo 2) en el que, en cada una de sus caras, aparezcan imágenes de distintas emociones. Por turnos, los alumnos lanzarán el dado y deben decir cuál es la emoción que les ha tocado, a continuación explicará una situación en la que experimente dicha emoción.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: El dado de las emociones.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 20-30 minutos.
- Espaciales: El aula ordinaria.
- Agrupamientos: Individual.

✓ **ACTIVIDAD 3: Diario emocional.**

Descripción→ Esta actividad va a formar parte de la rutina diaria del aula. Consiste en una lista con todos los nombres de los alumnos y alumnas y una serie de pegatinas de emoticonos expresando diferentes emociones (Anexo 3). Cada niño tiene que poner al lado de su nombre una pegatina que exprese cómo se siente y explicará al resto de sus compañeros por qué se siente así. Por ejemplo: “Estoy alegre porque tenía muchas ganas de ver a mis compañeros y jugar”, “Estoy enfadado porque no me quería levantar de la cama”.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Pegatinas y la cartulina con los nombres.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 15 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Individual.



✓ ACTIVIDAD 4: Diccionario de las emociones.

Descripción→ Para realizar esta actividad dividiremos la clase en grupos y cada grupo se encargará de una emoción (empezaremos con las emociones básicas que los niños y niñas ya conocen: alegría, tristeza, enfado y miedo). Entregaremos a cada grupo de niños una cartulina con el nombre de la emoción que les ha tocado trabajar, tomaremos fotos de los niños y niñas expresando dicha emoción para ponerlas en el diccionario y ellos dibujarán objetos y experiencias con las que sientan esa emoción. El diccionario permanecerá en la biblioteca del aula y cuando aprendamos más emociones se irán añadiendo. (Anexo 4).

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Cartulinas, ceras de colores, cámara de fotos.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 40 minutos aproximadamente.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Pequeños grupos de 4 o 5 alumnos.

SESIÓN 2→ REGULACIÓN EMOCIONAL

✓ ACTIVIDAD 1: Pintamos emociones.

Descripción→ Pondremos papel continuo en las paredes y pintura a disposición de los niños y niñas y, a través de la música que pondremos, deben pintar y expresar lo que sienten, lo que les provoca la música. Iremos cambiando la música con la intención de que les provoque emociones diferentes. Al terminar la actividad los niños y niñas nos explicarán lo que han sentido.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Pintura, papel continuo, pinceles, reproductor de música y música.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 20 o 30 minutos aproximadamente.
- Espaciales: Aula de usos múltiples o patio de recreo.
- Agrupamientos: Grupo clase.



✓ **ACTIVIDAD 2: Nos relajamos controlando emociones.**

Descripción→ Todos los alumnos se tumbarán en la alfombra y el docente les irá dando instrucciones que ellos deben de llevar a cabo. Empezaremos por cerrar los ojos e imaginar todo lo que diga el docente. Iremos contando a los niños situaciones que les provoquen miedo o tristeza para luego llevarlos a la calma hablándoles de situaciones que les transmitan tranquilidad y paz, enseñándoles así a regular y gestionar sus emociones, con esta actividad se fomentan las emociones positivas y se controlan los impulsos de las emociones negativas.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: La alfombra del aula.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 20 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Gran grupo.

✓ **ACTIVIDAD 3: Resolvemos conflictos.**

Descripción→ Pondremos a los niños y niñas unos vídeos en los que surjan conflictos y ellos deben dar su opinión de cómo resolverían ese conflicto (Anexo 5). Poco a poco ellos serán los que expongan sus propios conflictos y entre todos ayudaremos a resolverlos. Daremos pautas a los alumnos sobre lo que hay que hacer y lo que no a la hora de resolver un problema.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Reproductor de vídeo.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 15 o 20 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Grupo clase.

**SESIÓN 3→ HABILIDADES SOCIO-EMOCIONALES****✓ ACTIVIDAD 1: Yo soy tú.**

Descripción→ Esta actividad ayudará a los niños y niñas a conocer la empatía ya que se desarrolla interpretando a diferentes personajes (Anexo 6). Cada niño debe coger una tarjeta en la que aparece una situación (“un niño con un juguete roto”, “una niña comiéndose un helado”, “un niño que se ha perdido”, etc.) y debe representarla poniéndose en el lugar de la persona de la imagen. Para ello tendremos objetos que los niños y niñas podrán utilizar para meterse más en la situación. El resto de alumnos del aula deben adivinar qué le pasa al niño o niña que esté representando la escena.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Tarjetas, objetos, juguetes y disfraces.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 30 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Individual y grupo clase.

✓ ACTIVIDAD 2: Saludamos al mundo.

Descripción→ Vamos a aprender a saludar en distintos idiomas para así fomentar la igualdad, la empatía y la inclusión. Una vez que aprendamos los saludos, los practicaremos entre todos los alumnos. Los saludos que aprenderemos serán “Hello” (inglés), “Salut” (francés), “As salam alaykom” (árabe) y “Ni hao” (chino).

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: No necesitamos materiales para realizar esta actividad.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 30 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Grupo clase.



✓ ACTIVIDAD 3: Tortuga gigante.

Descripción→ Dividimos a los alumnos en grupos y cada grupo tendrá una colchoneta que hará de caparazón, los niños y niñas deben ir a cuatro patas debajo de la colchoneta para desplazarla de un lado a otro. Para ello los alumnos no pueden ir cada uno por su lado y al ritmo que quiera, ellos mismos se darán cuenta que deben ponerse todos de acuerdo para que la colchoneta no caiga, hay que hacer un trabajo cooperativo para llevar a la tortuga con éxito a su lugar adecuado.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Colchonetas.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 20 minutos aproximadamente.
- Espaciales: Aula de psicomotricidad o patio de recreo.
- Agrupamientos: Pequeños grupos (4 o 5 personas).

SESIÓN 4→ HABILIDADES PARA LA VIDA

✓ ACTIVIDAD 1: Pintamos felicidad.

Descripción→ Les contaremos que es muy importante hacer cosas que nos hagan felices y con personas con las que nos sentimos queridos. Después repartiremos un folio a cada alumno y le pediremos que dibujen una situación en la que estén haciendo algo que les hace sentir bien y estar felices. Una vez terminado el dibujo, cada niño y niña nos contará lo que ha dibujado. Con esta actividad fomentamos el bienestar de los niños y niñas.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Folio, ceras de colores y lápiz.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 20 o 30 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Individual y grupo clase.



✓ ACTIVIDAD 2: Pintamos soluciones.

Descripción→ Entregaremos a los niños y niñas un folio dividido en cuatro partes, en una de esas partes aparecerá una escena que representa un conflicto y en las partes restantes cada niño o niña debe dibujar posibles soluciones al problema. Al terminar nos explicarán lo que han dibujado.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Folios, ceras de colores, lápiz.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 20 o 30 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Individual.

✓ ACTIVIDAD 3: Patito feo.

Descripción→ Veremos un vídeo o contaremos el cuento del patito feo, a los niños y niñas les gustará mucho porque la mayoría ya lo conocen y será muy fácil que participen e intervengan en la actividad (Anexo 7). Tras visualizar la historia del patito feo, los niños y niñas tendrán que inventarse un cuento paralelo en el que el patito feo sea feliz. Ellos tendrán que tomar decisiones para elegir qué parte del cuento cambiar para ayudar al patito feo.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Reproductor de vídeo o cuento
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 15 o 20 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Grupo clase.

SESIÓN 5 → DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

✓ ACTIVIDAD 1: Tela de araña.

Descripción→ Los niños y niñas se colocarán en círculo y se irán pasando un ovillo de lana. Cuando un niño mande el ovillo a otro tendrá que quedarse con el hilo cogido y dirá



dos adjetivos positivos de esa persona. De esta manera, poco a poco, tendremos una tela de araña muy positiva que aumentará la autoestima de los niños y niñas.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Ovillo de lana.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 15 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Grupo clase.

✓ ACTIVIDAD 2: Hablo sobre mí.

Descripción→ El docente empieza frases que cada niño o niña tendrá que completar sobre ellos mismos. Estas frases serán por ejemplo “Lo que más me gusta de mí es...”, “Algo que hago muy bien es...” o “Mis amigos me quieren porque...”. Con esta actividad los niños y niñas creerán más en ellos mismos y fortalecemos su autoestima.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: No necesitamos materiales.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 20 minutos.
- Espaciales: Aula ordinaria.
- Agrupamientos: Individual.

✓ ACTIVIDAD 3: Circuito de las emociones.

Descripción→ El docente preparará un circuito de psicomotricidad para los niños y niñas con colchonetas, aros, picas haciendo zig-zag y escalera. Mientras los niños y niñas van haciendo el circuito de uno en uno, el resto de compañeros irán diciendo adjetivos positivos sobre el alumno y haciendo palmas para animarlo.

Para la realización de esta actividad vamos a necesitar varios recursos:

- Materiales: Colchonetas, picas, escalera y aros.
- Humanos: Grupo clase y docente.
- Temporales: 30 minutos.
- Espaciales: Aula de psicomotricidad.
- Agrupamientos: Individual y grupo clase.



5. EVALUACIÓN

Para la realización de la evaluación de esta propuesta nos hemos basado en la Orden de 29 de diciembre de 2008, por la que se establece la ordenación de la evaluación en la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

En Educación Infantil es muy importante tener en cuenta tanto el resultado final como el proceso realizado, por lo tanto, la evaluación de esta propuesta de intervención será global, continua y formativa. La técnica principal del proceso de evaluación será la observación directa y sistemática durante toda la propuesta. Al mismo tiempo que se realiza cada una de las actividades, el docente irá tomando notas significativas que, más tarde, le ayudarán a completar la evaluación de cada alumno.

Evaluaremos en tres momentos diferentes, la evaluación inicial se hará al empezar la propuesta que es cuando identificamos los conocimientos previos de los niños y niñas y, a partir de ahí, empezaremos a trabajar. La evaluación continua se realiza mediante observación directa del docente que irá tomando nota en el diario de clase, anecdotario, etc. y, por último, la evaluación final en la que, teniendo en cuenta las anotaciones del docente, evaluaremos los objetivos propuestos anteriormente.

Esta última evaluación nos servirá para identificar los aprendizajes adquiridos de cada niño y niña y, para ello, la realizaremos a través de una lista de control en la que aparecerán una serie de ítems que nos indicarán si, el niño o niña que estamos evaluando, ha conseguido alcanzar los objetivos que pretendíamos con esta propuesta educativa.

	SIEMPRE 	A VECES 	NUNCA 
ÍTEMS			
<i>Expresa las emociones de manera adecuada.</i>			
<i>Gestiona las propias emociones.</i>			
<i>Identifica las propias emociones.</i>			
<i>Identifica las emociones de los demás.</i>			
<i>Trabaja de manera cooperativa.</i>			
<i>Se relaciona con los compañeros/as.</i>			
<i>Es capaz de resolver conflictos.</i>			
<i>Se siente bien consigo mismo.</i>			



Controla los efectos de las emociones negativas.

Es una persona empática.

Respeto a sus iguales.

Tiene una buena autoestima.

Toma decisiones de manera correcta.

Participa activamente en clase.

Tiene una actitud positiva.

Además de evaluar el trabajo del alumnado, también debemos realizar una evaluación sobre el trabajo del docente y la propuesta que se ha llevado a cabo para así poder analizar los aspectos positivos y negativos y, a partir de esta evaluación, podremos modificar la propuesta mejorando los posibles fallos.

Para esta evaluación vamos a utilizar una escala de estimación con una serie de ítems que se numerarán del 1 al 4 siendo 1 muy poco adecuado, 2 poco adecuado, 3 algo adecuado y 4 muy adecuado. Hemos utilizado sólo hasta el número cuatro para evitar el posicionamiento neutro.

ÍTEMS	1	2	3	4
<i>Crea un buen ambiente de trabajo.</i>				
<i>Propone actividades adecuadas para la edad de los alumnos.</i>				
<i>Da explicaciones claras.</i>				
<i>Mantiene la motivación de los alumnos</i>				
<i>Expresa claramente los objetivos que deben conseguir los alumnos.</i>				
<i>Tiene en cuenta las características del alumnado en el diseño.</i>				
<i>Tiene en cuenta las características del alumnado en el desarrollo de la</i>				



propuesta, adaptándose y siendo flexible.

Los recursos programados han resultado idóneos.

Al finalizar las tablas de los criterios de evaluación habrá un espacio dedicado a observaciones, en el que se anotarán posibles datos o información relevante para tenerla en cuenta.

6. CONCLUSIÓN

Con la realización de este trabajo de fin de grado se pretende dar a la educación emocional, la importancia que merece a través de información contrastada. He de decir que elegí este tema porque siempre me ha interesado mucho trabajar y educar en valores. Para mí es muy importante que en la educación se trabajen las emociones, ya que estamos formando personas, las formaremos en su totalidad. Enseñar conocimientos es importante, pero formar una persona empática, respetuosa, tolerante y capaz de sentirse bien consigo mismo y con los demás, bajo mi punto de vista, no requiere menos importancia.

Tal y como se ha expuesto en el marco teórico, quisiera destacar la importancia de empezar a educar las emociones en edades tempranas puesto que así, al formar su personalidad, lo harán en base a lo que conocen. Es mucho más sencillo trabajar las emociones con niños que con adultos. Además la ausencia de conocimientos en el tema de las emociones puede perjudicar al niño en su vida adulta, ya que puede repercutir en su socialización, en la toma de decisiones e incluso en su salud con depresiones, trastornos en la alimentación, etc. Por lo que la infancia es el mejor momento para trabajar la educación emocional para así ayudar a los niños y niñas a tener una mejor calidad de vida.

He diseñado una propuesta de intervención que ejemplifica cómo poner en práctica la educación emocional en educación infantil, aunque eso no significa que una vez realizada la propuesta olvidemos el tema. La educación emocional tiene que acompañar al niño a lo largo de los cursos escolares, hay que trabajarla continuamente, aunque sea de manera implícita pero no se puede abandonar.



Si realizamos el trabajo con éxito, conseguiremos prepararlos para la vida ya que serán personas capaces de enfrentarse a los conflictos del día a día, afrontar problemas y solucionarlos sin dificultad, con buenas habilidades sociales, con seguridad en sí mismo y con una buena autoestima.

Este trabajo de fin de grado iba a ponerse en práctica en el colegio en el que he realizado mis prácticas del grado, pero debido a la pandemia que está sufriendo el país actualmente, no ha sido posible llevarlo a cabo ya que nos encontramos en estado de alarma y los colegios permanecen cerrados desde el día 13 de marzo.

Aunque no descarto llevarla a cabo en el centro en el que estaba previsto, ya que eso me ayudará a realizar mi propia evaluación sobre la propuesta, comprobaría la eficacia de la misma o, modificaría aquellos aspectos en lo que pueda haber errores temporales o de cualquier otro ámbito. Le daré difusión a este trabajo por medio de internet, si es posible, por si en algún momento pudiera ser de utilidad para alguien.

Me gustaría terminar con una cita de Howard Hendricks que me acompaña desde que me di cuenta que la docencia es mi forma de vida y la considero de vital importancia.



7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra, R. (Coord.). (1998). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Barcelona: Praxis
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2001). ¿Qué es la educación emocional? *Temáticos Escuela Española*, vol.1 (1), pp. 7-9.
- Bisquerra, R (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación Educativa*, v.21, nº 1, pp. 7-43.



- Bisquerra, R. (2005). *Acción tutorial y educación emocional*. Barcelona: Donbosco.
- Bisquerra, R. (2006). Orientación psicopedagógica y educación emocional. *Revista Estudios sobre educación*, nº 11, pp. 9-25.
- Bisquerra, R. (2010). Orientación psicopedagógica y educación emocional en la educación formal y no formal. *Revista Ágora digital*, 2, 2º semestre. Recuperado de <http://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/3448>
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional. *Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brower.
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García Navarro, E., López-Cassà, E., Pérez-González, J., Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P., Segovia, N. y Planells, O. (2012). ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y adolescencia. Espulgues de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan de Déu.
- Cabello, R., Ruiz, D., Fernández, P. (2010). Docentes emocionalmente inteligentes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, vol. 13 (1), pp. 41-49.
- Casassus, J. (2006). La educación del ser emocional. (1a ed.). Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo,
- Dryfoos, J.G. (1997). The prevalence of problem behaviors: Implications for programs. In R.P. Weissberg, T.P. Gullota, R.L., Hampton, B.A. Ryan, & G.R. Adams. (Eds.), *Hearthy children 2010: Enchancing children's wellnes* (pp. 17-46). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2001, marzo 24). El modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey (1997): *Implicaciones educativas para padres y profesores. III Jornadas de Innovación Pedagógica*. Granada.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. P. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, vol. 29 (1), pp. 1-6.
- Gallego, D., Alonso, C, Cruz, A. y Lizama, L. (1999). *Implicaciones Educativas de la Inteligencia Emocional*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Gallego Gil, D (2004). *Educación la inteligencia emocional en el aula*. Madrid: PPC
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias Múltiples*. Barcelona: Paidós.
- Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada*. Barcelona: Paidós.
- Goleman D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos
- Greenberg, L. (2000). *Emociones: una guía interna*. Bilbao: Desclée De Brouwer.



- Guerrit R. y Zimbardo, P. (2005). *Psicología y vida*. (17). México: Pearson Educación.
- Hein, A., Blanco, J., & Mertz, C. (2004). Factores de riesgo y delincuencia juvenil: revisión de la literatura nacional e internacional. *Santiago de Chile: Fundación paz ciudadana*.
- López Cassà, È. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado*, vol. 19(3), pp. 153-167.
- López Cassà, E. (2003). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis
- Marina, J. A. (2005). Precisiones sobre la educación emocional. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, vol. 19(3), pp. 27-43.
- Martín, d. y Boeck, K. (1997). *¿Qué es inteligencia emocional?* Madrid: EDAR
- Maslow, A. (1982). *La amplitud potencial de la naturaleza humana*. México:Trillas.
- Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? En P. Salovey & D.J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). Nueva York: Basic Books.
- Meyer, D. K., & Turner, J. C. (2002). Discovering emotion in classroom motivation research. *Educational psychologist*, vol. 37(2), pp. 107-114.
- Mora, F. (2008) *El Reloj de la sabiduría. Tiempos y Espacios en el cerebro humano*. Madrid: Alianza Editorial.
- Nages, J. L. S., Chica, Ó. D., Escolano-Pérez, E., & Martínez, A. R. (2018). *Inteligencia emocional y bienestar III. Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. Zaragoza: Ediciones Universidad de San Jorge.
- Ormrod, J. (2005). *Aprendizaje humano*. (4ª. ed.), Madrid: Pearson Educación.
- Parker, J. D. A, Creque, R. E, Barnhart, D. L, Harris, J. I, Majesti, S. A, Wood, L. M, Bond, B. J. y Hogan, M. (2004). *Academic achievement in High school: Does emotional intelligence matter? Personality and individual differences*, vol. 37 (7), pp. 1321-1330.
- Retana, J. Á. G. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, vol. 36(1), pp. 1-24.
- Ribes, R., Bisquerra, R., Agulló, M. J., Filella, G., & Soldevila, A. (2005). Una propuesta de currículum emocional en educación infantil (3–6 años). *Cultura y educación*, vol. 17(1), pp. 5-17.



- Robinson, K. (2015): *Escuelas creativas: La revolución que está transformando la educación*.
- Salmerón, P. (2002). Evolución de los conceptos sobre inteligencia: Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa. *Educación XXI: revista de la facultad de educación*, vol. 5 (1), pp. 97-102.
- Salovey, R y Mayer, J.D. (1990). «*Emotional Intelligence*». *Imagination, Cognition and Personality*, vol. 9 (3), pp. 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Santrock. J. (2002). *Psicología de la Educación*. México: McGraw-Hill.
- Sells, C.W., & Blum, W.R. (1996). Current trends in adolescent health. In R.J. DiClemente, W.B. Hansen, & L.E. Ponton (Eds.), *Handbook of adolescent health risk behavior* (pp. 5-34). Nueva York: Plenum Press.
- Tapia, M. (1998). *A study of the relationships of the emotional intelligence inventory*. Tesis doctoral University of Alabama. Digital Dissertations, Publicación N° AAT 9907040.
- Viloria, A. C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela: programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. *Revista Tendencias pedagógicas*, nº 10, pp. 109-123.
- Vivas García, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, vol. 4(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>
- Yöney, H. (2001). Emotional Intelligence. *Marmara Medical Journal*, vol. 14, nº 1, pp. 47- 52.

LEGISLACIÓN

- Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación infantil.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.
- Orden de 29 de diciembre de 2008, por la que se establece la ordenación de la evaluación en la Educación Infantil en la Comunidad Autónoma de Andalucía.



8. ANEXOS

ANEXO 1

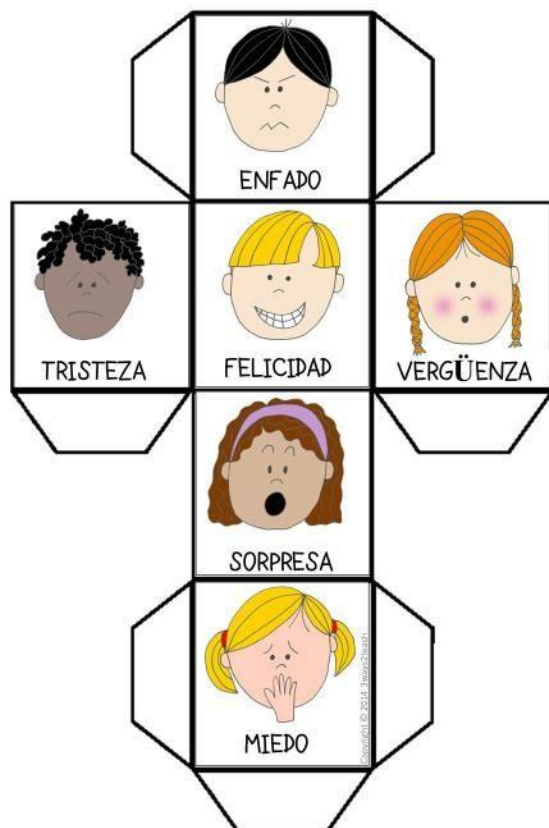
Este es un enlace para obtener el cuento del monstruo de los colores.

<http://www.escuelafranciscovarela.cl/wp/wp-content/uploads/2017/07/El-monstruo-de-colores.pdf>

Y este otro nos lleva a un vídeo que nos cuenta el cuento de las emociones de Nacho.

<https://www.youtube.com/watch?v=Vf710Pb7D1I>

ANEXO 2





ANEXO 3

Estas serán las pegatinas que pegarán al lado de su nombre identificando así su estado de ánimo.



ANEXO 4

El resultado del diccionario será algo parecido a esto. Aunque el nuestro en lugar de ser un mural, será un libro para poder añadirle las emociones que vayamos aprendiendo.



ANEXO 5

Vídeos de resolución de conflictos.

<https://www.youtube.com/watch?v=YoL9K7vN3MU>

ANEXO 6



ANEXO 7

Video del cuento del patito feo.

<https://www.youtube.com/watch?v=xiyDzMH13o4>

Cuento "el patito feo".

<http://www.cuentosinfantilesadormir.com/elpatitofeo.pdf>