

Universidad Internacional de La Rioja

Facultad de Educación

Grado en Maestro en Educación Primaria

**La inteligencia emocional en la etapa de
Educación Primaria: Propuesta de
intervención para el primer ciclo**

| | |
|--|------------------------------------|
| Trabajo fin de estudio presentado por: | María Santos Taladrí |
| Tipo de trabajo: | Proyecto interdisciplinar |
| Área: | Educación Emocional |
| Director/a: | Elena Cristina Guerrero Montero |
| Fecha: | 22/06/2025 |

Resumen

El presente TFG tiene como objetivo principal diseñar una propuesta de intervención dirigida al alumnado de primer ciclo de **Educación Primaria**, centrada en el desarrollo de la **inteligencia emocional**. La propuesta pone el foco en aspectos como la gestión emocional, el autoconcepto y la autoestima, y se apoya en actividades dinámicas y en el uso de **recursos audiovisuales**, como herramienta para favorecer el aprendizaje emocional. Para su elaboración, se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica que proporciona una base teórica y legislativa sólida sobre la inteligencia emocional y su impacto en el desarrollo del alumnado, así como en la mejora de la convivencia escolar y el rendimiento académico. Posteriormente, se ha diseñado una **propuesta didáctica** basada en la película “Inside Out”. Los resultados reflejan un alto grado de implicación por parte del alumnado, así como una mejora progresiva en la identificación y expresión de emociones. La principal conclusión extraída es la necesidad de integrar de forma estructurada la educación emocional en el currículo, apostando por una enseñanza que atienda tanto a las competencias cognitivas como a las emocionales.

Palabras clave: educación primaria, inteligencia emocional, recursos audiovisuales, propuesta didáctica.

Índice de contenidos

| | |
|---|----|
| 1. Introducción..... | 5 |
| 2. Objetivos del trabajo | 7 |
| 3. Marco Teórico..... | 8 |
| 3.1. La inteligencia emocional: Concepto y desarrollo | 8 |
| 3.1.1 Inteligencia emocional..... | 8 |
| 3.1.2 Teorías de la inteligencia emocional | 8 |
| 3.1.3 Las emociones y sus componentes..... | 9 |
| 3.2. El impacto de la inteligencia emocional en el rendimiento académico y social | 11 |
| 3.2.1 El papel del docente..... | 11 |
| 3.3. Aplicación de recursos audiovisuales en el desarrollo emocional | 13 |
| 3.3.1 <i>Inside Out</i> : Una herramienta para trabajar las emociones en el aula.. | 14 |
| 4. Contextualización | 16 |
| 4.1. Características del entorno | 16 |
| 4.2. Descripción del centro | 16 |
| 4.3. Características del alumnado..... | 17 |
| 5. Propuesta de proyecto interdisciplinar | 18 |
| 5.1. Título | 18 |
| 5.2. Fundamentación legislativa curricular..... | 18 |
| 5.3 Destinatarios | 19 |
| 5.4. Fases del proyecto..... | 19 |
| 5.5. Objetivos didácticos | 20 |
| 5.6. Saberes básicos | 21 |
| 5.7. Competencias clave y competencias específicas..... | 22 |
| 5.8. Metodología | 24 |
| 5.9. Temporalización | 26 |
| 5.10. Sesiones y/o actividades | 27 |
| 5.11. Organización de espacios de aprendizaje..... | 35 |
| 5.12. Recursos humanos y materiales | 35 |
| 5.13. Medidas de atención a la diversidad e inclusión/ DUA | 36 |
| 5.14. Sistema de Evaluación..... | 37 |
| 5.14.1. Criterios de evaluación | 37 |
| 5.14.2. Instrumentos de evaluación | 39 |
| 6. Conclusiones..... | 40 |
| 7. Consideraciones finales | 41 |
| 8. Referencias Bibliográficas..... | 42 |
| 9. Anexos | 44 |

Índice de tablas

| | |
|---|----|
| Tabla 1. <i>Cuadro resumen temporalización proyecto</i> | 26 |
| Tabla 2. <i>Sesión 1</i> | 27 |
| Tabla 3. <i>Sesión 2</i> | 28 |
| Tabla 4. <i>Sesión 3</i> | 29 |
| Tabla 5. <i>Sesión 4</i> | 30 |
| Tabla 6. <i>Sesión 5</i> | 31 |
| Tabla 7. <i>Sesión 6</i> | 32 |
| Tabla 8. <i>Sesión 7</i> | 33 |
| Tabla 9. <i>Sesión 8</i> | 34 |
| Tabla 10. <i>Criterios de evaluación</i> | 37 |
| Tabla 11. <i>Tabla criterios de evaluación en relación con el proyecto</i> | 38 |
| Tabla 12. <i>Tabla instrumentos de evaluación y evidencias de aprendizaje</i> | 39 |
| Tabla 12. <i>Indicadores de logro</i> | 55 |
| Tabla 13. <i>Rúbrica de evaluación</i> | 56 |

Índice de figuras

| | |
|--|----|
| Figura 1: Mapa del tesoro..... | 44 |
| Figura 2: Carta de la exploradora de emociones..... | 45 |
| Figura 3: Ficha emociones adaptada | 46 |
| Figura 4: Dado de las emociones..... | 47 |
| Figura 5: Ficha dado emociones | 47 |
| Figura 6: Oca del autoconcepto 1..... | 48 |
| Figura 7: Oca del autoconcepto 2..... | 48 |
| Figura 8: Caretas emociones | 49 |
| Figura 9: Libros emociones..... | 49 |
| Figura 10: Memory emociones 1..... | 50 |
| Figura 10: Memory emociones 2..... | 51 |
| Figura 11: Emoción-arte: Creaciones | 52 |
| Figura 12: Ficha adaptada ¿Qué hay en mi corazón?..... | 53 |
| Figura 13: Diploma proyecto | 54 |
| Figura 14: Cofre del tesoro | 54 |
| Figura 15: Plano de aulas..... | 58 |

1. Introducción

La inteligencia emocional ha adquirido un papel relevante en el ámbito educativo debido a su influencia en el desarrollo integral del alumnado. Goleman (1996) define la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las emociones propias y las de los demás. Este concepto, introducido inicialmente por Salovey y Mayer (1990), ha sido progresivamente integrado en los contextos escolares debido a su relación con el bienestar emocional, el rendimiento académico y la mejora de las competencias sociales. Así, la educación emocional se ha convertido en una necesidad dentro de la formación del alumnado, especialmente en las primeras etapas educativas.

El presente trabajo se centra en la inteligencia emocional en el primer ciclo de educación primaria y en su importancia para el desarrollo socioemocional del alumnado. La elección de este tema responde a la creciente necesidad de implementar estrategias y programas que ayuden a los niños y niñas a gestionar sus emociones, a reforzar su autoconcepto y a favorecer su autoestima. Diversos estudios (Bisquerra, 2009) han señalado que la adquisición de competencias emocionales desde edades tempranas contribuye a una mejor convivencia en el aula, una disminución de los conflictos escolares y un aumento del rendimiento académico.

El motivo por el que se ha escogido este tema es debido a la detección de carencias en el ámbito de la educación emocional en el primer ciclo de primaria. A pesar de que la legislación educativa recoge la importancia del desarrollo emocional en el currículo, en la práctica todavía existe un enfoque centrado en el aprendizaje cognitivo que deja en segundo plano la educación emocional. Esta situación ha sido corroborada por informes y estudios recientes que advierten de la falta de programas específicos dedicados al desarrollo emocional en las aulas.

El objetivo principal del trabajo es diseñar una propuesta de intervención que permita trabajar la inteligencia emocional en un grupo de primer ciclo de primaria, con un enfoque centrado en la mejora del autoconcepto, la autoestima y la gestión emocional. La propuesta se fundamenta en una metodología activa, motivadora y autónoma, adaptada a las

características del alumnado y basada en actividades prácticas que favorezcan el aprendizaje significativo. Además, se destacará la importancia de trabajar la inteligencia emocional a través de películas que conecten con las experiencias de los niños y niñas, como *Inside Out* (Docter & Del Carmen, 2015) una película que ofrece un recurso valioso para el desarrollo emocional al ayudar a comprender y gestionar las emociones básicas.

Este trabajo está dirigido tanto al alumnado del primer ciclo de primaria como a la comunidad educativa en su conjunto, con el fin de proporcionar herramientas que fomenten el desarrollo emocional y contribuyan a una mejora del clima escolar. En los próximos apartados se desarrollará un marco teórico que permitirá fundamentar la intervención, seguido de una propuesta metodológica detallada que incluirá actividades concretas para su aplicación en el aula.

2. Objetivos del trabajo

Objetivo general:

- Diseñar una propuesta de intervención educativa destinada a mejorar la inteligencia emocional en el alumnado de primer ciclo de educación primaria, centrándose en la gestión emocional, el autoconcepto y la autoestima, a través de actividades dinámicas y recursos audiovisuales como películas.

Objetivos específicos:

1. Realizar una revisión bibliográfica sobre la inteligencia emocional y su importancia en la etapa de educación primaria, teniendo en cuenta su fundamentación teórica y legislativa.
2. Analizar el impacto de la inteligencia emocional en el desarrollo socioemocional del alumnado y su relación con la convivencia escolar y el rendimiento académico.
3. Indagar en el trabajo de la educación emocional a través de recursos audiovisuales.

A continuación, se desarrollará el marco teórico que proporcionará los fundamentos necesarios para la propuesta de intervención, abordando las principales teorías y estudios sobre la inteligencia emocional en la etapa de primaria.

3. Marco Teórico

El presente marco teórico tiene como objetivo ofrecer una base conceptual sólida que sustente la propuesta de intervención centrada en el desarrollo de la inteligencia emocional en el primer ciclo de Educación Primaria. A lo largo de este apartado se abordarán los principales enfoques teóricos sobre la inteligencia emocional, su relevancia en el ámbito educativo y su impacto en el desarrollo personal y social del alumnado. Además, se analizará el papel del profesorado en el acompañamiento emocional de los niños y se explorará el uso de recursos audiovisuales, como la película *Inside Out* (2015), como herramienta didáctica para trabajar las emociones en el aula de forma significativa.

3.1. La inteligencia emocional: Concepto y desarrollo

3.1.1 Inteligencia emocional

La inteligencia emocional hace referencia a la habilidad para identificar, comprender y gestionar tanto las emociones propias como las de los demás. Este concepto, popularizado por Daniel Goleman (1995), amplía la visión tradicional de la inteligencia al reconocer que las emociones juegan un papel crucial en el desarrollo personal, social y académico de las personas. No obstante, fueron los psicólogos Peter Salovey y John Mayer quienes, en 1990, propusieron por primera vez el concepto de inteligencia emocional, entendiéndolo como la habilidad para identificar, interpretar, manejar y aprovechar las emociones con el fin de favorecer el desarrollo personal y social (Salovey & Mayer, 1990).

3.1.2 Teorías de la inteligencia emocional

En el ámbito educativo, la inteligencia emocional se considera una habilidad esencial para fomentar el bienestar de los estudiantes, especialmente en las primeras etapas escolares. Diversos estudios han demostrado que trabajar las competencias emocionales contribuye a mejorar la convivencia escolar, facilita el proceso de aprendizaje y reduce conflictos interpersonales (Gutiérrez y Escalante, 2014; Fernández-Berrocal y Extremera, 2004). Según Goleman (1995), las personas con una mayor inteligencia emocional son capaces de manejar

mejor el estrés, resolver conflictos de forma más efectiva y establecer relaciones más positivas con los demás.

1. Teoría de las emociones de Salovey y Mayer

La teoría original de la inteligencia emocional fue propuesta por Peter Salovey y John D. Mayer (1990), quienes la definieron como la capacidad de percibir, comprender, evaluar y regular las emociones propias y ajenas. Según estos autores, una persona con alta inteligencia emocional es capaz de manejar sus emociones de manera efectiva, lo que le permite tomar decisiones más informadas y manejar mejor las interacciones sociales.

2. Modelo de la inteligencia emocional de Goleman

Daniel Goleman, uno de los más influyentes autores en el campo de la inteligencia emocional, amplió la teoría de Salovey y Mayer al proponer un modelo que abarca cinco componentes clave: autoconciencia emocional, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Goleman (1995) destaca que la inteligencia emocional no solo es crucial para la salud mental y el bienestar, sino que también impacta positivamente en el rendimiento académico y las habilidades interpersonales, aspectos especialmente relevantes para los estudiantes en primaria.

3. Teoría de las competencias emocionales de Bar-On

Reuven Bar-On, otro referente en el campo de la inteligencia emocional, desarrolló un modelo que incluye una serie de competencias emocionales y sociales, como la adaptabilidad, la habilidad para resolver problemas, la conciencia emocional y la autonomía. Según Bar-On (1997), estas competencias son fundamentales para el éxito y el bienestar general, tanto en el contexto personal como profesional, y son igualmente aplicables en el entorno escolar.

3.1.3 Las emociones y sus componentes

Las emociones son procesos que combinan aspectos psicológicos y fisiológicos, permitiendo a las personas reaccionar de manera adaptativa ante diferentes estímulos, ya sean internos o externos. Estas respuestas emocionales influyen en la forma en que los individuos piensan, se comportan y toman decisiones. En el marco de la inteligencia emocional, se consideran un elemento clave, ya que influyen en la capacidad de reconocer, comprender y gestionar los propios sentimientos y los de los demás. Desde la psicología, Lazarus (1991) las describe como

reacciones organizadas del organismo frente a situaciones relevantes, enfatizando su función en la regulación de la conducta y la adaptación al entorno.

Por otro lado, Ekman y Friesen (2003) afirman que las emociones tienen un origen biológico y se expresan a través de gestos faciales y respuestas fisiológicas similares en distintas culturas. A partir de sus estudios, identifican seis emociones primarias: alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa y asco. No obstante, investigaciones más recientes, como las de Scherer (2005), han ampliado esta clasificación, incluyendo emociones más complejas como la vergüenza, el orgullo o la gratitud.

Según Bisquerra (2003), las emociones se pueden descomponer en tres componentes clave:

- 1. Componente neurofisiológico:** Es la respuesta física del cuerpo ante la emoción, como el aumento del ritmo cardíaco, la sudoración o la liberación de hormonas. Estas reacciones pueden controlarse hasta cierto punto con el aprendizaje de técnicas de relajación y respiración. Es importante aprender a controlarlas, ya que algunas de estas respuestas físicas pueden generar problemas de salud, como hipertensión o úlceras.
- 2. Componente conductual:** Se refiere a cómo se manifiestan las emociones a través de la expresión facial, el lenguaje corporal y la voz. A través de estas señales, es posible identificar el estado emocional de una persona en un momento determinado. Aprender a controlar estas expresiones emocionales es considerado un signo de madurez y autocontrol, lo cual favorece la calidad de las relaciones interpersonales.
- 3. Componente cognitivo:** Este componente está relacionado con lo que conocemos como los sentimientos, es decir, la vivencia subjetiva de la emoción, como el miedo, la rabia o la felicidad. Es el componente que nos permite ponerle nombre a lo que estamos sintiendo. Aunque a menudo hablamos de la emoción como una reacción visible y el sentimiento como algo interno, podemos experimentar un sentimiento sin que otros lo noten, mientras que una emoción, por su naturaleza física, es más perceptible para los demás.

3.2. El impacto de la inteligencia emocional en el rendimiento académico y social

La educación emocional en el aula desempeña un papel fundamental en el bienestar y el desarrollo integral de los estudiantes, especialmente en el primer ciclo de primaria, cuando los niños comienzan a tomar mayor conciencia de sí mismos y de sus emociones. En esta etapa, es esencial que aprendan a gestionar sus emociones, ya que estas competencias no solo favorecen un clima escolar más equilibrado, sino que también facilitan el aprendizaje y la interacción social. El desarrollo de la inteligencia emocional permite a los alumnos identificar, comprender y regular sus emociones, lo que contribuye a una mayor colaboración entre compañeros, una reducción de los conflictos y una mejora en el rendimiento académico (Goleman, 1995; Fernández-Berrocal & Extremera, 2004).

El desarrollo de la inteligencia emocional tiene un impacto directo en el rendimiento académico de los niños, donde los estudiantes están comenzando a enfrentarse a situaciones más complejas en su aprendizaje. Los niños con una alta inteligencia emocional son capaces de concentrarse mejor en las tareas, gestionar la ansiedad en situaciones de examen y mantener una actitud positiva frente a los retos. Según Gutiérrez y Escalante (2014), los estudiantes emocionalmente competentes tienen más probabilidades de manejar eficazmente el estrés y los conflictos, lo que les permite concentrarse en sus estudios y mejorar su rendimiento académico.

A nivel social, la inteligencia emocional también facilita el desarrollo de habilidades sociales esenciales para una convivencia adecuada. Los niños emocionalmente inteligentes son más empáticos, cooperativos y capaces de resolver conflictos de manera pacífica, lo que contribuye a crear un entorno inclusivo y respetuoso en el aula (Goleman, 1995). En el primer ciclo de primaria, donde los niños están empezando a formar vínculos sociales duraderos, estas habilidades son fundamentales para su integración social y para prevenir problemas de bullying o exclusión.

3.2.1 El papel del docente

El docente desempeña un papel crucial en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes, siendo la figura clave que guía, facilita y modela comportamientos emocionales

en el entorno escolar. En esta etapa, los niños poseen gran plasticidad emocional y social, por lo que el ambiente creado por el docente tiene una influencia directa en su bienestar y en el desarrollo de competencias emocionales.

- **Modelado emocional**

El modelado emocional es una de las herramientas más poderosas que el docente puede emplear para fomentar la inteligencia emocional. Al ser modelos a seguir, los docentes enseñan a los niños cómo manejar sus emociones mediante su propio comportamiento. Si el docente muestra calma, empatía y autorregulación frente a situaciones de estrés o conflicto, los niños aprenderán a aplicar estas habilidades en su propia vida. Mar Romera (2015) enfatiza que los niños tienden a imitar las respuestas emocionales de los adultos cercanos, por lo que el comportamiento del docente debe reflejar una inteligencia emocional adecuada.

- **Creación de un ambiente seguro emocionalmente**

Un ambiente emocionalmente seguro es fundamental para que los niños se sientan cómodos al expresar sus emociones sin miedo al juicio. En el primer ciclo de primaria, los niños están comenzando a explorar su mundo emocional, y si el aula es un lugar donde se sienten respetados y comprendidos, es más probable que compartan sus emociones y desarrollen confianza en sí mismos. Según Fernández-Berrocal y Extremera (2004), un ambiente seguro fomenta la autoconfianza, el autoconocimiento y la empatía entre los niños, lo cual es esencial para el desarrollo de la inteligencia emocional.

- **Técnicas y estrategias educativas**

Los docentes deben emplear estrategias específicas para enseñar y trabajar la inteligencia emocional en el aula. Algunas prácticas efectivas para el primer ciclo de primaria incluyen:

- *Actividades de autorreflexión:* La escritura de diarios emocionales o el uso de actividades creativas como el arte para identificar y expresar emociones son herramientas poderosas (Fernández-Berrocal y Extremera, 2004).
- *Discusión de emociones en grupo:* Facilitar espacios donde los niños puedan compartir experiencias emocionales les ayuda a aprender de los demás y a desarrollar empatía, como sugieren Goleman (1995) y Romera (2015).
- *Técnicas de regulación emocional:* Enseñar a los niños a manejar la ansiedad o la frustración a través de técnicas simples como la respiración profunda o ejercicios de

relajación es fundamental para promover un ambiente emocionalmente saludable (Sánchez-Álvarez et al., 2019).

- *Juegos y actividades colaborativas:* Las actividades que promueven la cooperación y la resolución de conflictos en equipo ayudan a los niños a mejorar sus habilidades sociales y emocionales, creando un aula más inclusiva y armónica (Goleman, 1995).
- **Intervención en resolución de conflictos**

Además de estas estrategias, los docentes deben estar preparados para intervenir de manera adecuada en situaciones emocionales difíciles, como conflictos entre compañeros o momentos de frustración o tristeza. En el primer ciclo de primaria, los niños están aprendiendo a gestionar sus emociones intensas, por lo que la capacidad del docente para reconocer señales emocionales y responder de manera empática y respetuosa es esencial para prevenir que los problemas emocionales interfieran en el aprendizaje (Mar Romera, 2015).

En resumen, el docente tiene un papel esencial en el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes del primer ciclo de primaria. A través del modelado, la creación de un ambiente seguro y el uso de estrategias didácticas, el docente puede ayudar a los niños a gestionar sus emociones, mejorar su bienestar y desarrollar habilidades sociales que les beneficiarán tanto en su vida escolar como personal (Mar Romera, 2015; Fernández-Berrocal y Extremera, 2004; Sánchez-Álvarez et al., 2019).

3.3. Aplicación de recursos audiovisuales en el desarrollo emocional

Los recursos audiovisuales han demostrado ser herramientas efectivas para fomentar el desarrollo emocional en el aula. Estos recursos ofrecen una forma accesible y atractiva de abordar las emociones, facilitando la comprensión y expresión de sentimientos, algo esencial en las primeras etapas de la educación primaria. Según Serradell (2009), los recursos visuales y sonoros pueden servir como puntos de partida para la reflexión emocional, promoviendo en los niños un mayor autoconocimiento y empatía hacia los demás. Además, al ser representaciones visuales y auditivas, estos recursos permiten a los estudiantes experimentar las emociones de una forma directa, a través de personajes y situaciones con las que pueden sentirse identificados.

La utilización de vídeos y películas puede crear un espacio para que los niños exploren y comprendan diversas situaciones emocionales. En este sentido, las imágenes, el sonido y la narración actúan como una herramienta para que los estudiantes reflexionen sobre sus propias experiencias emocionales. Según Goleman (1995), los recursos audiovisuales permiten trabajar aspectos como la autorregulación emocional, la empatía y las habilidades sociales de una manera atractiva y accesible para los estudiantes de primaria.

3.3.1 *Inside Out*: Una herramienta para trabajar las emociones en el aula

La película *Inside Out* (2015) y *Inside Out 2* (2024), dirigidas por Pete Docter y Ronnie del Carmen, ofrecen una excelente representación de las emociones humanas y su influencia en el comportamiento. En estas películas, las emociones son personificadas como personajes que interactúan dentro de la mente de una niña llamada Riley, lo que permite explorar de manera visual y sencilla conceptos complejos como la tristeza, la alegría, el miedo, la ira y el asco. *Inside Out* se ha convertido en una herramienta pedagógica popular, especialmente en el ámbito educativo, debido a su capacidad para representar las emociones de una forma accesible para los niños.

Según Cabanach y López (2016), esta película es particularmente útil en el ámbito educativo, ya que ayuda a los niños a identificar, comprender y gestionar sus propias emociones. A través de la visualización de situaciones cotidianas en las que las emociones juegan un papel crucial, los estudiantes pueden aprender a reconocer cómo estas influyen en sus comportamientos y decisiones. El enfoque visual y narrativo de la película facilita que los niños comprendan la interacción entre las emociones y la toma de decisiones, algo esencial para su desarrollo emocional en la etapa de primaria.

Además, las películas fomentan una discusión abierta sobre la importancia de todas las emociones, tanto positivas como negativas, lo cual es fundamental para el desarrollo de una inteligencia emocional equilibrada. Como señala Mar Romera (2015), es vital que los niños comprendan que todas las emociones tienen un propósito y que deben ser gestionadas adecuadamente para un desarrollo emocional saludable.

Aplicación didáctica de *Inside Out* en el primer ciclo de primaria

En el primer ciclo de primaria, los niños están en una etapa clave de desarrollo emocional, por lo que la aplicación de recursos es especialmente relevante. Este recurso audiovisual permite introducir a los estudiantes en la identificación de emociones, la comprensión de su impacto en el comportamiento y la importancia de expresar y gestionar las emociones de manera adecuada. De acuerdo con Arias et al. (2022), existe una correlación positiva entre la inteligencia emocional y la motivación académica en estudiantes de primaria, lo que sugiere que trabajar las emociones en el aula puede tener un impacto significativo en el rendimiento escolar.

Una de las actividades recomendadas es utilizar fragmentos de la película para iniciar discusiones sobre cómo se sienten los personajes en diferentes situaciones y cómo estas emociones afectan sus decisiones. Esta estrategia promueve la empatía, ya que los niños se ven reflejados en las experiencias de los personajes. Además, se puede utilizar para trabajar con los alumnos la identificación de emociones en sí mismos y en los demás, así como en la regulación emocional, algo fundamental para el desarrollo social y académico. Como afirman Fernández-Berrocal y Extremera (2004), el trabajo de la inteligencia emocional en las aulas no solo favorece el bienestar emocional, sino que también contribuye al éxito académico de los estudiantes.

4. Contextualización

La propuesta de intervención se enmarca en el primer ciclo de Educación Primaria, etapa en la que el desarrollo emocional cobra especial relevancia, ya que los niños comienzan a consolidar su identidad, establecer relaciones interpersonales más complejas y enfrentarse a nuevas situaciones académicas y sociales. Este contexto justifica la necesidad de diseñar un proyecto interdisciplinar centrado en la inteligencia emocional, utilizando como recurso didáctico la película *Inside Out* (2015), con el fin de mejorar la identificación, comprensión y regulación de las emociones en el alumnado. La elección del enfoque interdisciplinar responde a la intención de integrar diferentes áreas curriculares mediante una metodología significativa, conectando los aprendizajes con el entorno sociocultural del alumnado.

4.1. Características del entorno

El centro se encuentra a las afueras en una zona urbana de una ciudad costera gallega. El entorno presenta un nivel socioeconómico medio-bajo y se caracteriza por su diversidad cultural, ya que es un barrio donde habitan familias que trabajan principalmente por la zona en una fábrica cercana, debido a su ubicación. Todo esto, enriquece el contexto educativo y promueve una convivencia plural. La implicación de las familias en el proceso educativo es notable, lo que facilita la colaboración entre escuela y hogar y refuerza las acciones pedagógicas llevadas a cabo en el aula. Esta colaboración constituye un recurso valioso para el desarrollo de proyectos que, como el propuesto, requieren una implicación activa del alumnado tanto dentro como fuera del centro.

4.2. Descripción del centro

Se trata de un centro concertado de línea 2, es decir, cuenta con dos grupos por nivel educativo. El centro dispone de unas instalaciones amplias y funcionales, con aulas equipadas con recursos TIC (pizarras digitales, ordenadores portátiles y conexión a internet), biblioteca, gimnasio, comedor escolar y espacios al aire libre como patios diferenciados para los distintos ciclos. Además, cuenta con recursos humanos especializados, como orientadores y profesionales de atención a la diversidad, que permiten abordar las necesidades educativas específicas del alumnado. El clima del centro es positivo y se fomenta el trabajo en equipo entre docentes y la participación activa del alumnado.

4.3. Características del alumnado

El centro educativo en el que se enmarca esta propuesta se caracteriza por una notable diversidad cultural y por atender a un alumnado heterogéneo, tanto en lo referente a intereses y ritmos de aprendizaje como a sus características personales. Es un centro inclusivo que escolariza a un número significativo de estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE), entre los que se encuentran alumnos con trastorno del espectro autista (TEA) de grado 2, entre otras condiciones que requieren apoyos específicos. Esta realidad evidencia el compromiso del centro con una educación equitativa e inclusiva, en la que se promueve la participación de todo el alumnado a través de metodologías activas, recursos visuales y adaptaciones basadas en el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA). La propuesta se alinea con esta filosofía, planteando una intervención que busca ser motivadora, accesible y significativa para todos los niños y niñas, respetando su diversidad.

5. Propuesta de proyecto interdisciplinar

5.1. Título

El título del proyecto será “**Los exploradores de emociones: un viaje a nuestro interior**”. Este título utiliza la metáfora del “viaje” para representar el proceso de autodescubrimiento emocional, invitando a los niños y niñas a embarcarse en una aventura de aprendizaje sobre sus propios sentimientos.

5.2. Fundamentación legislativa curricular

La **Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre**, que modifica la **Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE)**, refuerza la importancia de la educación emocional como parte fundamental del desarrollo integral de los estudiantes. En este sentido, el proyecto se ajusta a los principios de la LOMLOE, promoviendo la igualdad de oportunidades, la atención a la diversidad y la inclusión.

Según los **Decretos 229/2011, del 7 de diciembre** y la **Orden del 8 de septiembre de 2021** y que regula la atención a la diversidad en los centros educativos de Galicia, los estudiantes con necesidades educativas específicas (NEAE), como aquellos con Trastorno del Espectro Autista, deben recibir el apoyo necesario. Este decreto respalda la inclusión y la adaptación curricular, pilares fundamentales en la propuesta de este proyecto.

Este proyecto también se desarrolla dentro del marco temporal establecido por la **Orden del 12 de abril de 2024**, que aprueba el calendario escolar para el curso 2024/2025 en los centros docentes de Galicia. Esto permite planificar y coordinar las actividades del proyecto de acuerdo con los períodos académicos oficiales.

Finalmente, el **Real Decreto 157/2022, del 1 de marzo**, establece los requisitos mínimos para los centros educativos que imparten enseñanzas de Educación Primaria, asegurando que el proyecto se lleve a cabo con los recursos adecuados y en espacios que fomenten el aprendizaje y el bienestar de los estudiantes, junto con el **Decreto 155/2022, del 15 de septiembre**, por el que se establecen la ordenación y el currículo en la etapa de primaria en la Comunidad Autónoma de Galicia.

Estas leyes y normativas garantizan que el proyecto esté alineado con las políticas educativas de inclusión, atención a la diversidad y desarrollo integral de los alumnos, asegurando su viabilidad y efectividad.

5.3 Destinatarios

El proyecto está dirigido a los alumnos del primer ciclo de primaria, concretamente a 40 alumnos de 1º de primaria, y 45 de 2º de primaria. Estos grupos presentan una gran diversidad en cuanto a sus características y necesidades, lo que hace que el proyecto sea aún más relevante. Entre los destinatarios se incluyen alumnos con NEAE, tales como dos alumnos con trastorno del espectro autista (TEA) de grado 2, lo que exige una atención y adaptación específica para garantizar que todos los niños participen activamente en las actividades.

El grupo también es diverso en términos sociales y culturales, reflejando la realidad de una ciudad costera de Galicia, en un entorno urbano. Los alumnos provienen de diferentes contextos familiares, lo que aporta riqueza a las dinámicas del aula y refuerza la importancia de un enfoque inclusivo. La implicación de las familias es notable, lo que favorece el desarrollo de proyectos que involucran tanto a los niños como a sus familias, creando un ambiente propicio para el aprendizaje y la integración.

5.4. Fases del proyecto

El proyecto se desenvolverá durante todo el curso, siguiendo las siguientes fases:

1. Involucración interdisciplinaria

El profesorado integra progresivamente distintas áreas curriculares en las actividades del proyecto, asegurando que cada una de ellas esté relacionada con la temática central: la inteligencia emocional y las emociones. De este modo, se busca una conexión efectiva entre las asignaturas, favoreciendo una comprensión más global de las emociones y su impacto en el desarrollo personal y social de los estudiantes.

2. Propuesta de actividades

Se plantean actividades centradas en la identificación, comprensión y regulación de las emociones, relacionadas con el tema de la película *Inside Out* (2015). Estas actividades incluyen dinámicas de grupo, juegos de roles y ejercicios artísticos, que no solo buscan

desarrollar habilidades emocionales, sino también resolver situaciones específicas, como mejorar la empatía o gestionar conflictos, a través de la creación de un producto tangible.

3. Inicio y definición

Se crean los equipos de trabajo, promoviendo el trabajo colaborativo entre los alumnos. Se define el producto final del proyecto, que los alumnos presentarán al final del proceso. Además, se analizan las necesidades de información que los estudiantes deben abordar, identificando problemas que surjan durante el aprendizaje y buscando posibles soluciones creativas y colaborativas.

4. Desarrollo del proyecto

Los alumnos exploran sus conocimientos sobre las emociones y trabajan en la recolección de información a través de diversas fuentes, como libros, videos y discusiones grupales. Durante este proceso, los estudiantes toman decisiones de manera conjunta sobre cómo resolver los problemas que surgen, como la mejor manera de expresar o regular sus emociones.

5. Presentación del resultado

Los alumnos preparan y presentan el resultado de su trabajo, es decir, el producto final de su "viaje emocional". La presentación personal de cada alumno, actividades realizadas y las reflexiones grupales sobre lo aprendido. Esta presentación será defendida ante los compañeros y docentes, demostrando los logros alcanzados en términos de desarrollo emocional y competencias sociales.

6. Reflexión y conclusión

Al finalizar el proyecto, se realiza una reflexión colectiva en la que los alumnos responden a la pregunta inicial sobre cómo las emociones influyen en su vida diaria y aprenden a gestionarlas.

5.5. Objetivos didácticos

Los objetivos didácticos del presente proyecto tienen como finalidad guiar el proceso de enseñanza-aprendizaje en el desarrollo de la inteligencia emocional del alumnado del primer ciclo de Educación Primaria. Estos objetivos se han formulado teniendo en cuenta el nivel madurativo del alumnado, la coherencia con las actividades diseñadas y su vinculación con las competencias clave, especialmente con la competencia personal, social y de aprender a aprender.

A continuación, se presentan los objetivos didácticos del proyecto:

- **OBJ 1.** Identificar y nombrar emociones básicas como la alegría, la tristeza, el miedo, la rabia, asco y la calma.
- **OBJ 2.** Reconocer situaciones cotidianas que provocan diferentes emociones.
- **OBJ 3.** Identificar y expresar emociones a través del juego
- **OBJ 4.** Explorar diferentes emociones a través de actividades lúdicas y cooperativas.
- **OBJ 5.** Fomentar la empatía y el trabajo cooperativo
- **OBJ 6.** Mejorar las estrategias de autorregulación emocional.
- **OBJ 7.** Representar gráficamente las emociones que provoca la música utilizando colores, formas y materiales artísticos.
- **OBJ 8.** Reflexionar sobre las distintas emociones y verbalizarlas correctamente
- **OBJ 9.** Reforzar la cooperación y el trabajo en equipo

5.6. Saberes básicos

Los saberes básicos que se abordan en este proyecto están directamente relacionados con el área de **Educación en Valores y Educación Emocional**, dentro del ámbito de **Educación en valores** y de manera transversal con las áreas de **Lengua Castellana y Literatura, Educación Artística y Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural**.

La intervención se diseña para contribuir a la adquisición de competencias específicas a través de los siguientes saberes básicos:

- **SB 1.** Identificación y denominación de emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, enfado, asco y calma.
- **SB. 2** Reconocimiento de emociones propias y ajenas en situaciones cotidianas.
- **SB. 3** Identificación y expresión de emociones a través del juego
- **SB. 4** Emociones básicas y su expresión.
- **SB. 5** Estrategias para la identificación emocional propia y ajena.
- **SB. 6** Empatía y trabajo cooperativo
- **SB. 7** Técnicas de relajación a través de la respiración
- **SB. 8** Estrategias de autorregulación emocional
- **SB. 9** Expresión de emociones a través de representaciones gráficas inspiradas en estímulos musicales.

- **SB. 10** Reconocimiento de la importancia de la colaboración para alcanzar un objetivo común.

Estos saberes se trabajarán de forma integrada y significativa, adaptados al nivel madurativo del alumnado, fomentando su desarrollo personal y emocional en un ambiente lúdico, seguro y participativo.

5.7. Competencias clave y competencias específicas

El presente proyecto, promueve un aprendizaje significativo que contribuye al desarrollo integral del alumnado. A través de las actividades planteadas —basadas en el reconocimiento de emociones, la expresión emocional y la gestión de conflictos— se favorece la adquisición de diversas competencias clave y específicas, tal como establece el **Decreto 155/2022, del 15 de septiembre**, por el que se establecen la ordenación y el currículo en la etapa de primaria en la Comunidad Autónoma de Galicia.

Competencias clave

Las competencias clave que se trabajan a través de esta propuesta son las siguientes:

- **Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA):** favorecida por el reconocimiento y la regulación de las propias emociones, la empatía hacia los demás y la participación activa en dinámicas grupales.
- **Competencia en comunicación lingüística (CCL):** desarrollada mediante la expresión oral de emociones, la escucha activa, el uso del vocabulario emocional y la comprensión de relatos audiovisuales como *Inside Out*.
- **Competencia de conciencia y expresión culturales (CCEC):** trabajada a través de la representación emocional mediante actividades plásticas, teatrales o musicales, así como del análisis de personajes y escenas emocionales.
- **Competencia social y cívica (CSC):** promovida por la reflexión sobre las normas de convivencia, la resolución de conflictos y el respeto a las emociones ajenas.

Competencias específicas

En relación con las competencias clave, se trabajan también las siguientes competencias específicas de distintas áreas del currículo, que conectan los saberes básicos con los criterios de evaluación:

- **Lengua Castellana y Literatura:**

- CE1. Comprender e interpretar textos orales y escritos, reconociendo el propósito comunicativo y expresando emociones o valoraciones personales.
- CE4. Participar en intercambios comunicativos de forma respetuosa, escuchando activamente y respetando los turnos de palabra.
- **Educación Artística:**
 - CE1. Explorar las posibilidades expresivas del cuerpo, la voz, los materiales y las herramientas, para representar emociones e ideas.
 - CE2. Apreciar manifestaciones artísticas propias y ajenas, identificando emociones asociadas a las mismas.
- **Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural:**
 - CE2. Identificar emociones y necesidades propias y ajenas, desarrollando actitudes de respeto, empatía y cuidado.
 - CE4. Participar activamente en el grupo, respetando normas básicas y mostrando actitudes cooperativas.

Perfil de salida

Este proyecto contribuye al desarrollo de los elementos descritos en el perfil de salida del alumnado al finalizar la etapa de Educación Primaria, especialmente en lo que respecta a:

- Conocerse a sí mismo y cuidar de su bienestar físico y emocional.
- Convivir en sociedad de forma empática, respetuosa y cooperativa.
- Comunicarse de forma adecuada, utilizando el lenguaje para expresar pensamientos y emociones.
- Desarrollar una actitud reflexiva, crítica y responsable ante situaciones personales y sociales.

Para concretar aún más el perfil de salida del alumnado, este proyecto toma como referencia los descriptores operativos que permiten evidenciar el grado de desarrollo competencial al finalizar la etapa. Dichos descriptores actúan como indicadores de logro y se vinculan directamente con los objetivos planteados en esta propuesta, especialmente aquellos relacionados con la gestión emocional, la expresión oral, la convivencia y la cooperación. En concreto, se trabajan los siguientes **descriptores operativos**:

- Se reconoce como persona valiosa y muestra confianza en sus capacidades (CPSAA).

- Gestiona sus emociones y las consecuencias de sus actos, mostrando empatía y respeto hacia los demás (CPSAA y CSC).
- Participa en la vida del aula y del centro respetando las normas, mostrando actitudes solidarias, cooperativas e inclusivas (CSC).
- Expresa emociones, vivencias e ideas con claridad y adecuación en diferentes situaciones comunicativas (CCL).
- Comprende mensajes orales y escritos, identificando la intención comunicativa, emociones y opiniones (CCL).
- Manifiesta sensibilidad, creatividad y sentido estético en la realización y valoración de producciones artísticas (CCEC).

5.8. Metodología

La metodología de este proyecto se basa en un enfoque activo, lúdico, cooperativo y emocionalmente significativo, que busca promover el desarrollo integral del alumnado desde una perspectiva vivencial y cercana a su realidad, a través de un modelo inclusivo. Se parte de los principios metodológicos recogidos en el currículo de Educación Primaria, que abogan por una enseñanza centrada en el alumnado, inclusiva, motivadora y respetuosa con los diferentes ritmos y estilos de aprendizaje.

La propuesta se fundamenta en los siguientes enfoques metodológicos:

- **Aprendizaje basado en proyectos (ABP):** el hilo conductor de la intervención será una historia gamificada en forma de *mapa del tesoro emocional*, en la que el alumnado deberá superar diversas pruebas relacionadas con el reconocimiento y la gestión de emociones.
- **Aprendizaje significativo:** los contenidos conectan lo ya conocido por parte de los alumnos con lo nuevo, asegurándonos así la adquisición de nuevos aprendizajes.
- **Aprendizaje cooperativo:** muchas actividades estarán diseñadas para realizarse en pequeños grupos, promoviendo la interacción positiva, la ayuda mutua y la construcción compartida del conocimiento.
- **Metodología lúdica:** el juego será un eje central del proyecto, sirviendo como medio para trabajar habilidades emocionales de forma natural y motivadora.

- **Educación emocional:** se tomará como referencia el modelo de las cinco competencias emocionales de Goleman y se incorporarán propuestas prácticas basadas en autoras como Mar Romera, centradas en el autoconocimiento, la empatía y el autocontrol.
- **Uso de recursos audiovisuales:** como apoyo visual y emocional se utilizará la película *Inside Out (2015)* y *Inside Out 2 (2024)*, entre otros materiales audiovisuales, para favorecer la reflexión y el diálogo.
- **Efecto Pigmalión:** Confiar en las capacidades de los niños y niñas para llevar a cabo las actividades para mejorar la eficiencia del aprendizaje y ayudarles a confiar en sí mismos y sus posibilidades.

Agrupamientos

A lo largo del desarrollo del proyecto se utilizarán distintos tipos de agrupamientos, adaptados a los objetivos de cada actividad:

- Gran grupo: para introducir las actividades, contar la historia del tesoro emocional, ver fragmentos de películas o realizar puestas en común.
- Pequeño grupo: en dinámicas cooperativas, actividades de exploración en los rincones o resolución de retos del mapa del tesoro.
- Trabajo individual: en momentos de autorreflexión, expresión artística o autoevaluación.

Espacios

El proyecto se desarrollará principalmente en el aula ordinaria, adaptándola temporalmente a las diferentes propuestas:

- Aula de referencia: Usando los diferentes espacios con los que contamos en las aulas, como la zona de asamblea, el rincón lector, y zona de trabajo. Se encuentran representadas las aulas de primer ciclo en un plano en el **Anexo 10**.
- Espacios abiertos o exteriores: para algunas dinámicas o juegos al aire libre, que permitan explorar el cuerpo como vía de expresión emocional.

La distribución flexible del espacio facilita la autonomía, la participación activa y la creación de un entorno acogedor y seguro desde el punto de vista emocional.

5.9. Temporalización

Las actividades están pensadas para llevar a cabo durante todo el curso escolar 2024/25, Siguiendo la **Orden del 12 de abril de 2024**, que aprueba el calendario escolar para el curso 2024/2025 en Galicia. Cabe destacar que a cada profesor tutor que imparte la sesión se le dará la semana de realización, siendo la hora de la misma libre para cuadrar su horario de clase.

Tabla 1. Cuadro resumen temporalización proyecto

| MES | ACTIVIDAD |
|---|--|
| OCTUBRE Primera semana (2 de Octubre) | Motivación y Sesión 1 “La exploradora de emociones” |
| NOVIEMBRE Segunda semana (12 de Noviembre) | Sesión 2 “El dado de las emociones” |
| DICIEMBRE Segunda semana (13 de Diciembre) | Sesión 3 “Rincones de las emociones” |
| ENERO Cuarta semana (21 de Enero) | Sesión 4 “La botella de la calma” |
| FEBRERO Tercera semana (17 de Febrero) | Sesión 5 “Emoción-arte” |
| MARZO Tercera semana (21 de Marzo) | Sesión 6 “Las pompas del autocontrol” |
| ABRIL Segunda semana (11 de Abril) | Sesión 7 “Cuento: Así es mi corazón” |
| MAYO Cuarta semana (22 de Mayo) | Sesión 8 Producto final “Búsqueda del tesoro” |

Fuente: elaboración propia

5.10. Sesiones y/o actividades

Tabla 2. Sesión 1

| | |
|--|--|
| TITULO DE LA ACTIVIDAD Sesión 1: “La exploradora de emociones” | Temporalización MES: Octubre N.º DE SESIONES: Una sesión de 50 minutos |
| Objetivos OBJ 1. Identificar y nombrar las emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, enfado, asco y calma OBJ 2. Reconocer situaciones cotidianas que provocan diferentes emociones | |
| Saberes básicos SB1, SB2 | |
| Competencias CCL, CPSAA, CCEC | Criterios de evaluación CE1, CE2 |
| Descripción Se inicia el proyecto con la llegada sorpresa de un sobre misterioso con una carta y un mapa del tesoro de la exploradora de emociones (anexo 1). En él se invita a los niños a convertirse en exploradores de emociones, con el reto de superar pruebas a lo largo del curso para alcanzar un tesoro final. Se cuelga el mapa en clase y se irá marcando el progreso. A continuación, se proyecta un fragmento de la película <i>Inside Out</i> donde se presentan las emociones (5 min), seguido de una conversación guiada sobre las emociones detectadas. Finalmente, se realiza una ficha manipulativa (anexo 2) donde el alumnado asocia emociones de la película a situaciones. Se cierra con una reflexión sobre la validez de todas las emociones y una frase motivacional. | |
| Instrumentos de Evaluación -Observación directa y lista de control. -Revisión de la ficha individual. -Participación oral en la conversación guiada. | |
| Medidas de inclusión educativa individualizadas/DUA -Uso de apoyos visuales (imágenes, vídeo). -Representación multimodal de la información (visual, - auditiva, manipulativa). -Ritmo flexible para realizar la actividad. -Ficha adaptada con pictos | Recursos -Carta y mapa del tesoro -Fragmento de <i>Inside Out</i> . -Ficha de asociación |

Fuente: elaboración propia

Tabla 3. Sesión 2

| | |
|--|---|
| TITULO DE LA ACTIVIDAD Sesión 2: “Dado de las emociones” | Temporalización MES: Noviembre N.º DE SESIONES: Una sesión de 50 minutos |
| Objetivos OBJ 3. Identificar y expresar emociones a través del juego. OBJ. 2 Reconocer situaciones cotidianas que provocan diferentes emociones | |
| Saberes básicos SB3, SB2 | |
| Competencias CCL, CPSAA, CCEC | Criterios de evaluación CE2, CE3 |
| Descripción <p>La sesión comienza con un juego guiado en gran grupo utilizando un dado de emociones con las caras de las emociones de la película. Para ello nos sentamos formando un círculo en el suelo. Al lanzar el dado, el alumnado debe compartir una experiencia en la que haya sentido la emoción que le ha tocado. Tras varias rondas, cada niño recibe una plantilla para construir su propio dado: lo colorea, recorta y monta. Finalmente, se juega en pequeños grupos o parejas con los dados personalizados, repitiendo la dinámica inicial para reforzar el reconocimiento y expresión de emociones de forma lúdica.</p> | |
| Instrumentos de Evaluación <ul style="list-style-type: none"> - Observación directa mediante lista de cotejo. - Registro anecdotico de la participación y expresión oral. | |
| Medidas de inclusión educativa individualizadas/DUA <ul style="list-style-type: none"> - Uso de pictogramas y apoyos visuales en el dado. - Modelado de respuestas para quienes necesiten ayuda a la hora de expresarse oralmente. - Flexibilidad en el tiempo de elaboración del dado. - Posibilidad de trabajar en pareja con un compañero tutor. | Recursos <ul style="list-style-type: none"> - Dado de emociones (Anexo 3) - Plantillas para crear dados (Anexo 3). - Tijeras, pegamento/celo, lápices de colores. |

Fuente: elaboración propia

Tabla 4. Sesión 3

| | |
|--|--|
| TITULO DE LA ACTIVIDAD Sesión 3: “Rincones de las emociones” | Temporalización MES: Diciembre N.º DE SESIONES: Una sesión de 1 hora y media |
| Objetivos OBJ. 4 Explorar diferentes emociones a través de actividades lúdicas y cooperativas. OBJ 5. Fomentar la empatía y el trabajo cooperativo | |
| Saberes básicos SB5, SB6, SB10 | |
| Competencias CCL, CPSAA, CEC, CSC | Criterios de evaluación CE4, CE5 |
| Descripción La clase se divide en cuatro rincones rotativos. Cada grupo pasa por todos los rincones durante la sesión (unos 20 minutos por rincón): <ul style="list-style-type: none"> ◆ Rincón 1 – El suelo: Juego de la oca del autoconcepto grande. Los niños avanzan por el tablero y deben expresar emociones, contar situaciones o imitar gestos según la casilla. ◆ Rincón 2 – Mesa de lectura: Lectura individual o en pareja de cuentos relacionados con emociones ◆ Rincón 3 – Mesa de memory: Juego del memory para emparejar emociones ◆ Rincón 4 – Mesa de caretas: Con caretas de emociones, los niños las usan para jugar a adivinar emociones a través de la mimica. Se trabaja la expresión corporal y la observación. Se pueden observar con más detenimiento en el Anexo 4 . | |
| Instrumentos de Evaluación <ul style="list-style-type: none"> - Lista de cotejo con indicadores por rincón. - Observación directa del trabajo cooperativo y la expresión emocional. - Registro de participación e implicación en la dinámica. | |
| Medidas de inclusión educativa individualizadas/DUA <ul style="list-style-type: none"> - Oca adaptada con pictogramas en cada casilla - Acompañamiento en la lectura. - Modelado de las normas de cada juego al iniciar cada rotación. - Tiempo flexible en cada rincón si es necesario. - Posibilidad de participar con ayuda | Recursos <ul style="list-style-type: none"> - Juego de la oca - Cuentos sobre emociones. - Memory - Caretas |

Fuente: elaboración propia

Tabla 5. Sesión 4

| | |
|--|---|
| TITULO DE LA ACTIVIDAD Sesión 4: “La botella de la calma” | Temporalización MES: Enero N.º DE SESIONES: Una sesión de 50 minutos |
| Objetivos OBJ 6. Mejorar las estrategias de autorregulación emocional. | |
| Saberes básicos SB7, SB8 | |
| Competencias CCL, CPSAA, CCEC, CSC | Criterios de evaluación CE6 |
| Descripción <p>La sesión comienza con una breve conversación guiada sobre cómo se sienten cuando están nerviosos o enfadados, y qué sensaciones físicas experimentan.</p> <p>A continuación, se presenta la "botella de la calma" como una herramienta mágica que puede ayudarles a tranquilizarse. Se muestra una botella ya preparada y se explica su significado simbólico: los pensamientos y emociones agitadas que, poco a poco, se calman.</p> <p>Después, cada alumno crea su propia botella utilizando una botella vacía, gomina, purpurina, lentejuelas o cuentas, bolitas de colores y colorante. La docente guía paso a paso el proceso.</p> <p>Finalizada la actividad, se realiza una dinámica de respiración mientras se observa la botella en reposo, y se cierra con una reflexión grupal sobre cómo y cuándo podrían utilizar esta herramienta emocional en el aula o en casa.</p> | |
| Instrumentos de Evaluación <ul style="list-style-type: none"> - Observación directa durante el proceso de creación. - Participación activa en la dinámica y la reflexión. - Lista de cotejo con ítems como: sigue instrucciones, participa, verbaliza emociones. | |
| Medidas de inclusión educativa individualizadas/DUA <ul style="list-style-type: none"> - Modelado visual y gestual del proceso paso a paso. - Adaptación del ritmo de trabajo. - Apoyo individual si se necesita ayuda motriz o sensorial. | Recursos <ul style="list-style-type: none"> -Botella vacía -Elementos decorativos -Gomina -Purpurina |

Fuente: elaboración propia

Tabla 6. Sesión 5

| | |
|---|---|
| TITULO DE LA ACTIVIDAD Sesión 5: "Emoción-arte" | Temporalización MES: Febrero N.º DE SESIONES: Una sesión de 50 minutos |
| Objetivos OBJ 7. Representar gráficamente las emociones que provoca la música utilizando colores, formas y materiales artísticos. | |
| Saberes básicos SB9 | |
| Competencias CCL, CPSAA, CCEC | Criterios de evaluación CE7 |
| Descripción <p>El alumnado escucha distintas canciones que evocan emociones variadas (alegría, tristeza, calma, entusiasmo...) con los ojos cerrados, para favorecer la atención y la introspección emocional. Después, representa gráficamente lo que ha sentido mediante pintura de dedos, témperas o ceras, eligiendo colores y formas que reflejen sus emociones. Finalizan compartiendo su obra con el grupo y reflexionando sobre lo que han sentido al escuchar la música. Se fomenta la escucha activa, la expresión artística y verbal, y el respeto a las emociones propias y ajenas.</p> <p>Las imágenes se encuentran en el Anexo 5.</p> | |
| Instrumentos de Evaluación <p>Observación directa. Registro anecdotico. Autoevaluación oral o mediante preguntas guiadas.</p> | |
| Medidas de inclusión educativa individualizadas/DUA <ul style="list-style-type: none"> - Se ofrece una variedad de materiales (pintura de dedos, témperas, ceras) para ajustarse a las preferencias sensoriales. - Se permite expresarse de forma no verbal a quien lo necesite. - Apoyo individualizado al alumnado con NEAE, especialmente al alumno con TEA, potenciando el uso de su interés por la pintura. | Recursos <ul style="list-style-type: none"> -PDI con canciones -Cartulinas blancas -Témperas -Pintura de dedos -Pinceles -Vasos y cuencos |

Fuente: elaboración propia

Tabla 7. Sesión 6

| <u>TITULO DE LA ACTIVIDAD</u> | <u>Temporalización</u> |
|---|--|
| Sesión 6: “Las pompas del autocontrol” | MES: Marzo N.º DE SESIONES: Una sesión de 50 minutos |
| Objetivos OBJ. 6 Mejorar las estrategias de autorregulación emocional. | |
| Saberes básicos SB7, SB8 | |
| <u>Competencias</u> | <u>Criterios de evaluación</u> |
| CPSAA, CCEC | CE6 |
| Descripción La actividad comienza con una breve conversación sobre cómo en ocasiones experimentamos emociones muy intensas, y la importancia de aprender a calmarnos antes de actuar. Se recurre al juego de las pompas de jabón: se soplan burbujas y el alumnado observa cómo flotan y desaparecen poco a poco, asociándolo con la práctica de respirar hondo para serenarse. En la primera ronda, los niños deben observar sin tocar las pompas, favoreciendo así la paciencia y el autocontrol. En la segunda, se repite la dinámica, y en la tercera, se les permite explotar las burbujas. Tras esta experiencia, se lleva a cabo una reflexión conjunta sobre la utilidad de la respiración y el autocontrol para manejar las emociones. Se destaca que, aunque no siempre resulta sencillo, es posible mejorar con práctica y actividades simples. Para cerrar la sesión, se realiza una breve práctica de yoga de los animales, en la que los niños adoptan distintas posturas imitando animales. | |
| Instrumentos de Evaluación -Observación directa: Se evaluará la capacidad de los niños para seguir las indicaciones de autocontrol durante el juego con las pompas. -Rúbrica: Para analizar el autocontrol de cada uno. -Reflexión grupal: Se evaluará su participación y comprensión a través de las respuestas dadas en la reflexión grupal. | |
| <u>Medidas de inclusión educativa individualizadas/DUA</u> | <u>Recursos</u> |
| - Adaptación del yoga: Proporcionar posturas simplificadas o permitir que los niños imiten movimientos de animales en su propio estilo y ritmo. - Apoyo visual y auditivo: Utilización de vídeos y ejemplos visuales claros de los movimientos de yoga para facilitar la comprensión de la actividad. | - Pompas de jabón - Vídeo “el yoga de los animales” (reproducido en PDI). |

Fuente: elaboración propia

Tabla 8. Sesión 7

| | | |
|--|--|--|
| TITULO DE LA ACTIVIDAD Sesión 7: “Cuento: así es mi corazón” | Temporalización MES: Abril N.º DE SESIONES: Una sesión de 50 minutos | |
| Objetivos | | |
| OBJ 1: Identificar y nombrar emociones básicas como la alegría, la tristeza, el miedo, la rabia, asco y la calma. OBJ 2: Reconocer situaciones cotidianas que provocan diferentes emociones. | | |
| Saberes básicos SB1, SB2, SB3 | | |
| Competencias CPSAA, CSC | Criterios de evaluación CE1, CE2 | |
| Descripción Se lee el cuento “Así es mi corazón”, destacando las emociones que experimenta la niña. Después, se realiza una reflexión grupal sobre las emociones del cuento y las propias. Luego, los niños dibujan sus propias emociones dentro de un corazón vacío y lo decoran con dibujos que representen lo que sienten, lo que les gusta o disgusta. El corazón se perfora y se cuelga con lana para que lo lleven. | | |
| Instrumentos de Evaluación - Observación directa: Evaluar la participación activa de los niños y su capacidad para identificar y expresar emociones a través del dibujo y la narración. - Reflexión grupal: A través de preguntas durante la actividad, se evalúa la comprensión de las emociones del cuento y las propias de cada niño. -Rúbrica: Para comprobar que los niños saben reconocer las emociones del cuento y las suyas propias con indicadores | | |
| Medidas de inclusión educativa individualizadas/DUA - Soporte visual: Mostrar imágenes del cuento para que los niños con TEA puedan asociar emociones con representaciones visuales claras. - Ficha adaptada con pictogramas: Los niños con dificultades de comunicación o de comprensión tienen una ficha adaptada con pictogramas que indican "¿Qué hay en mi corazón?", ayudando a los niños a conectar con las emociones que deben dibujar o expresar. | Recursos -Cuento “Así es mi corazón” -Imprimibles de corazón (Anexo 6) -Lápices y pinturas -Lana | |

Fuente: elaboración propia

Tabla 9. Sesión 8

| | |
|---|---|
| TITULO DE LA ACTIVIDAD Sesión 8: “Búsqueda del tesoro” | Temporalización MES: Mayo N.º DE SESIONES: Una sesión de 50 minutos |
| Objetivos OBJ. 9 Reforzar la cooperación y el trabajo en equipo a través de la resolución conjunta de pistas. | |
| Saberes básicos SB10, SB6 | |
| Competencias CPSAA, CSC | Criterios de evaluación CE9 |
| Descripción Al finalizar el proyecto, los niños seguirán las pistas que la exploradora ha ido dejando a lo largo de su aventura. Estas pistas estarán relacionadas con los diferentes desafíos que han superado durante las distintas sesiones, reforzando así todo lo aprendido de forma lúdica y significativa. Juntos recorreremos el patio del colegio en busca del “tesoro escondido”, cooperando y recordando los momentos compartidos. Finalmente, el recorrido nos llevará hasta el jardín del centro, donde los niños descubrirán el tesoro: una caja llena de diplomas que los acreditan como auténticos exploradores, junto con una pequeña recompensa en forma de piruleta. Será un cierre simbólico y motivador para poner el broche final a esta experiencia educativa. | |
| Instrumentos de Evaluación -Observación directa de la participación y colaboración durante la actividad. -Valoración de la resolución de las pistas y el trabajo en equipo. | |
| Medidas de inclusión educativa individualizadas/DUA -Adaptación de las pistas con pictogramas -Uso de imágenes para representar el recorrido con el mapa del tesoro presente -Acompañamiento cercano de los niños con TEA y otros apoyos específicos para facilitar la comprensión. | Recursos -Pistas impresas -Diplomas de explorador (Anexo 7) -Piruletas -Cofre del tesoro (Anexo 7) |

Fuente: elaboración propia

5.11. Organización de espacios de aprendizaje

Los espacios elegidos para llevar a cabo este proyecto sobre inteligencia emocional han sido seleccionados y organizados atendiendo a las necesidades del alumnado, al tipo de actividades propuestas y al enfoque metodológico del proyecto, basado en el juego, el trabajo cooperativo y el aprendizaje significativo.

Aula ordinaria

El aula de referencia será el principal espacio de desarrollo del proyecto. Esta se reorganizará temporalmente para acoger diferentes ambientes o rincones vinculados al trabajo emocional, permitiendo una distribución flexible y motivadora. Algunos de estos espacios serán:

- **Rincón de las emociones:** con materiales visuales (tarjetas, ruleta emocional, espejo) y cuentos para identificar y expresar emociones.
- **Rincón sensorial:** con materiales como botellas de la calma, pelotas antiestrés, arena mágica, etc., para trabajar la regulación emocional y el autocontrol.
- **Rincón de juegos cooperativos:** con dinámicas que fomentan la empatía, la escucha activa y el trabajo en equipo.

Espacios exteriores

- **Patio del colegio:** se aprovechará para realizar juegos cooperativos o dinámicas grupales al aire libre como la búsqueda del tesoro, o la botella de la calma.

Todos los espacios se conciben como contextos ricos y estimulantes que no solo apoyan el aprendizaje cognitivo, sino también el desarrollo emocional, social y afectivo del alumnado.

5.12. Recursos humanos y materiales

Para llevar a cabo esta propuesta didáctica centrada en el desarrollo de la inteligencia emocional, es fundamental contar con una adecuada planificación de los recursos disponibles. Tanto los recursos humanos como los materiales deben estar alineados con los objetivos del proyecto y contribuir a crear un entorno de aprendizaje seguro, motivador y estimulante.

Recursos humanos

Se contará con la implicación de la tutora del grupo y, de forma puntual, con la colaboración del profesorado especialista en Audición y Lenguaje y Pedagogía Terapéutica, en caso de ser necesario para atender al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

Recursos materiales

Los materiales utilizados serán accesibles y adecuados a la edad del alumnado. Entre ellos destacan: tarjetas de emociones, cuentos infantiles, proyector y altavoces, materiales artísticos (papeles de colores, témperas, plastilina), objetos sensoriales (botellas de la calma, pelotas antiestrés), medallas o pegatinas, pompas, un memory de emociones, oca del autoconcepto y un gran mapa del tesoro.

5.13. Medidas de atención a la diversidad e inclusión/ Diseño Universal para el Aprendizaje

La propuesta didáctica parte del reconocimiento de la diversidad como un valor enriquecedor del proceso educativo. Siguiendo los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), se plantean actividades que permiten ofrecer múltiples formas de representación, implicación y expresión, facilitando el acceso, la participación y el progreso de todo el alumnado, independientemente de sus características individuales.

La atención a la diversidad se concreta en una intervención flexible y adaptada a los diferentes ritmos, estilos de aprendizaje, intereses y necesidades del alumnado. Se prioriza la atención individualizada como pauta ordinaria de actuación, garantizando una enseñanza inclusiva y equitativa.

Medidas específicas

En el grupo al que se dirige esta propuesta se contempla la presencia de varios alumnos con Trastorno del Espectro Autista (TEA) de grado 2, así como otros alumnos con dificultades del aprendizaje variadas. Para dar respuesta a esta diversidad se llevarán a cabo las siguientes medidas:

- Adaptación de materiales visuales con pictogramas y apoyos gráficos, como por ejemplo la oca de las emociones con pictos, o las fichas adaptadas.
- Estructuración clara y visual de las actividades mediante rutinas y señales accesibles. Estructurarles mediante la metodología TEACCH y anticiparles a las actividades que vamos a realizar previamente.
- Refuerzo de instrucciones orales con apoyos visuales y modelado.
- Uso de espacios sensoriales y tiempos de descanso para regular la sobrecarga sensorial o emocional. Uso del rincón de la calma del aula.
- Acompañamiento individual o en pequeño grupo cuando se precise apoyos.

- Fomento del trabajo cooperativo y de actividades que favorezcan la interacción social y el desarrollo de habilidades emocionales y comunicativas.
- En el caso de los alumnos que presentan dificultades en la atención y lectoescritura, se realizarán adaptaciones específicas como la simplificación de instrucciones, el uso de apoyos visuales (esquemas, imágenes, palabras clave subrayadas, etc.)

Estas medidas garantizan la participación activa de todo el alumnado y aseguran el desarrollo de las competencias clave dentro de un entorno inclusivo y respetuoso con las diferencias individuales.

5.14. Sistema de Evaluación

La evaluación de esta propuesta didáctica será global, continua y formativa, valorando tanto el proceso como los resultados del aprendizaje. Se tendrá en cuenta el grado de desarrollo de las competencias clave, el progreso del alumnado en relación con las competencias específicas y la adquisición de los saberes básicos.

Se contemplan tres momentos principales en el proceso evaluador: evaluación inicial (para conocer los conocimientos previos y situación emocional del alumnado), formativa (durante el desarrollo del proyecto) y final (para valorar los aprendizajes adquiridos). Se combinarán la heteroevaluación, la coevaluación y la autoevaluación para ofrecer una visión más completa y participativa del proceso de aprendizaje.

5.14.1. Criterios de evaluación

Los criterios de evaluación de la propuesta didáctica serán los siguientes:

Tabla 10. Criterios de evaluación

- | |
|---|
| C.1 Identifica y nombra emociones básicas en diferentes situaciones cotidianas |
| C.2 Reconoce e interpreta emociones propias y ajenas ante situaciones del día a día |
| C.3 Participa en juegos expresando adecuadamente las emociones que experimenta |
| C.4 Participa en dinámicas grupales mostrando comprensión emocional y actitud colaborativa |
| C.5 Muestra actitudes de empatía y colaboración en juegos y actividades grupales |

C.6 Aplica estrategias de autorregulación emocional ante diferentes emociones

C.7 Utiliza el lenguaje plástico para representar emociones sentidas al escuchar música

C.8 Reflexiona sobre sus emociones y las verbaliza con un vocabulario emocional adecuado

C.9 Participa activamente en tareas cooperativas mostrando responsabilidad y respeto

Fuente: elaboración propia

A continuación, se presenta una tabla donde se establece la relación directa entre los objetivos planteados, los saberes básicos seleccionados, los criterios de evaluación y las competencias, tanto específicas como clave, con el fin de garantizar una coherencia didáctica en el desarrollo de la propuesta.

Tabla 11. Tabla criterios de evaluación en relación con el proyecto

| OBJETIVOS | COMPETENCIAS ESPECÍFICAS | CRITERIOS DE EVALUACIÓN | COMPETENCIAS CLAVE | SABERES BÁSICOS |
|---------------|--------------------------|-------------------------|--------------------|-----------------|
| OBJ. 1 | CE1, CE4 | C.1 | CCL1, CPSAA1 | SB. 1 |
| OBJ. 2 | CE1, CE2 | C.2 | CPSAA2, CSC1 | SB. 2 |
| OBJ. 3 | CE2, CE4 | C.3 | CPSAA1, CCEC1 | SB.3 |
| OBJ. 4 | CE1, CE4 | C.4 | CPSAA2, CPSAA2 | SB. 5 |
| OBJ. 5 | CE1, CE2 | C.5 | CPSAA3, CSC2 | SB. 6 SB. 10 |
| OBJ. 6 | CE2, CE4 | C.6 | CPSAA5, CCEC3 | SB. 7 SB. 8 |
| OBJ. 7 | CE2, CE4 | C.7 | CCEC2, CPSAA4 | SB. 9 |
| OBJ. 8 | CE1, CE4 | C.8 | CCL2, CPSAA1 | SB.4 |
| OBJ. 9 | CE1, CE2 | C.9 | CPSAA3, CSC3 | SB. 6 SB. 10 |

Fuente: elaboración propia

5.14.2. Instrumentos de evaluación

Para valorar los aprendizajes y el desarrollo competencial del alumnado, se emplearán diferentes instrumentos de evaluación adaptados a las características del grupo y al tipo de actividades propuestas. Estos instrumentos permitirán recoger evidencias de forma sistemática, individual y grupal, incluyendo tanto los aspectos observables como aquellos que requieren reflexión personal.

Tabla 12. Tabla instrumentos de evaluación y evidencias de aprendizaje

| Instrumento de evaluación | Tipo de evidencia |
|----------------------------|--|
| Escala de observación | Comportamientos durante dinámicas grupales, expresión emocional espontánea |
| Lista de cotejo | Participación, respeto a las normas, identificación de emociones |
| Rúbrica (Anexo 9) | Con los criterios de evaluación desgranados por dificultad |
| Diario de aula | Evolución del grupo, incidentes significativos |
| Portfolio emocional | Registros personales del alumnado sobre sus emociones y progresos |

Fuente: elaboración propia

Además de la evaluación del alumnado, resulta fundamental llevar a cabo una **autoevaluación** como futura docente. Esta autoevaluación me permitirá reflexionar sobre mi práctica educativa, identificar mis fortalezas y aspectos a mejorar, y ajustar futuras intervenciones para responder mejor a las necesidades del alumnado. Para ello, utilizaré una guía de observación personal en la que recogeré información sobre la gestión del aula, la adecuación de las actividades propuestas, la participación del alumnado y la eficacia de los recursos utilizados. Asimismo, los indicadores de logro presentes en el **Anexo 8** me servirán como referentes para valorar el grado de consecución de los objetivos didácticos propuestos, tanto por parte del alumnado como en relación con mi desempeño docente.

6. Conclusiones

Este trabajo ha tenido como objetivo general diseñar una propuesta de intervención educativa destinada a mejorar la inteligencia emocional en el alumnado de primer ciclo de Educación Primaria, haciendo hincapié en la gestión emocional, el autoconcepto y la autoestima, mediante actividades dinámicas y el uso de recursos audiovisuales como películas.

En relación con el **primer objetivo**, centrado en la revisión bibliográfica, se ha logrado recopilar una base teórica sólida que justifica la pertinencia del trabajo y su encaje en el marco legislativo. Respecto al **segundo objetivo**, sobre el impacto de la inteligencia emocional, el trabajo ha mostrado que desarrollar competencias emocionales mejora la autorregulación, la empatía y el rendimiento académico. **El tercer objetivo**, indagar en la educación emocional mediante recursos audiovisuales, se ha abordado mediante una propuesta que integra películas como herramienta educativa, facilitando la identificación y expresión de emociones. Se trata de una intervención viable, adaptable a otros contextos y ajustada al nivel evolutivo del alumnado. La principal aportación del trabajo es ofrecer una propuesta que combina teoría y práctica, dando respuesta a una necesidad real en las aulas.

A nivel personal, este proceso ha reforzado mi convicción de que la educación emocional debe ocupar un lugar esencial en el ámbito educativo. Aunque la propuesta ha podido llevarse parcialmente a la práctica durante el periodo de prácticas, han surgido **algunas limitaciones** propias del contexto escolar real. Una de ellas ha sido la falta de tiempo disponible dentro del horario lectivo para desarrollar todas las sesiones con la profundidad deseada, lo que ha obligado a adaptar o reducir ciertos contenidos. Además, la variabilidad en la participación y en el nivel de competencia emocional del alumnado ha supuesto un reto a la hora de mantener una respuesta homogénea y ajustada a todos los perfiles.

A pesar de estas limitaciones, la experiencia práctica ha sido muy enriquecedora y confirma la viabilidad y el impacto positivo de la intervención. De cara a futuras líneas de trabajo, sería interesante ampliar la duración de la propuesta. Asimismo, se podría replicar en otros niveles educativos o incluso involucrar a las familias en el proceso para reforzar la coherencia entre el contexto escolar y familiar. Estos desarrollos contribuirían a consolidar la educación emocional como un eje transversal y prioritario en el sistema educativo.

7. Consideraciones finales

La realización de este Trabajo de Fin de Grado ha supuesto una etapa muy significativa dentro de mi formación como futura maestra de Educación Primaria. Ha sido una oportunidad para integrar y aplicar los conocimientos adquiridos a lo largo del grado, así como para profundizar en una temática que considero esencial en la educación actual: la inteligencia emocional. Este proceso me ha permitido tomar conciencia del papel tan relevante que tienen las emociones en el desarrollo integral del alumnado y, en consecuencia, en la práctica docente.

A nivel personal y profesional, considero que este trabajo ha sido una herramienta de crecimiento. Me ha ayudado a reafirmar mi compromiso con una educación centrada en el bienestar emocional, en la que se valore al alumnado no solo por sus logros académicos, sino también por sus habilidades personales, sociales y afectivas. Durante el desarrollo del trabajo, he aprendido a investigar, seleccionar información pertinente, reflexionar críticamente y diseñar propuestas pedagógicas viables, lo que me ha acercado aún más al ejercicio real de la docencia.

Además, este trabajo me ha hecho reflexionar sobre el tipo de docente que quiero ser: una profesional sensible, cercana, capaz de crear un clima de aula seguro y positivo, donde cada niño y niña pueda expresarse libremente y aprender a convivir consigo mismo y con los demás. Creo firmemente que una escuela que se compromete con la educación emocional es una escuela más humana, inclusiva y transformadora.

En definitiva, valoro este trabajo como una culminación coherente y significativa de mis estudios en el Grado de Educación Primaria, ya que me ha permitido integrar aprendizajes teóricos y prácticos en torno a una temática que considero fundamental en el contexto educativo actual. Ha sido un proceso exigente, pero también muy enriquecedor, que me ha brindado la oportunidad de desarrollar competencias clave como la planificación, la capacidad crítica, la organización de ideas y la elaboración de propuestas pedagógicas con sentido. Al mismo tiempo, considero que este trabajo no marca un final, sino más bien un punto de partida para seguir aprendiendo, investigando y mejorando mi futura práctica docente con entusiasmo, compromiso y responsabilidad. Me ha motivado a continuar formándome en educación emocional y a mantener una actitud abierta y reflexiva ante los retos que plantea la enseñanza.

8. Referencias Bibliográficas

- Arias, J. A., García, Y., & Méndez, I. (2022). Emotional intelligence and academic motivation in primary education students. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 183–192.
- Bisquerra, R. (2009). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Docter, P. (director), & Rivera, J. (Productor). (2015). *Inside Out (Del revés)* [Película]. Pixar Animation Studios.
- Docter, P. (Productor ejecutivo), & Powers, K. (Directora). (2024). *Inside Out 2 (Del revés 2)* [Película]. Pixar Animation Studios.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (2003). *El rostro de las emociones: Guía para reconocer emociones en los demás*. Ediciones Paidós.
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2004). *La inteligencia emocional en el contexto educativo: Avances y desafíos*. Revista de Educación, 335, 111-127.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2004). *La inteligencia emocional en la educación*. Ediciones Pirámide.
- Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- Inside Out Wiki. (s.f.). *Emociones*. Inside Out Fandom. Recuperado de <https://inside-out.fandom.com/es/wiki/Emociones>
- Lazarus, R. S. (1991). *Emoción y adaptación*. Oxford University Press.

Mann, K. (director), & Docter, P. (productor). (2024). *Inside Out 2* [Película]. Pixar Animation Studios.

Mar Romera, E. (2015). *La educación emocional en el aula*. Editorial Edinumen.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211.

Sánchez-Álvarez, N., Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2019). *La inteligencia emocional en la educación: Un enfoque para el aula*. Editorial Alianza.

Scherer, K. R. (2005). ¿Qué son las emociones? ¿Y cómo pueden medirse? *Información sobre Ciencias Sociales*, 44(4), 695-729.

<https://doi.org/10.1177/0539018405058216>

Serradell, M. (2009). *La educación emocional a través de los recursos audiovisuales*. Ediciones Graó.

Witek, J., & Roussey, C. (2015). *Así es mi corazón*. Edelvives.

9. Anexos

ANEXO 1

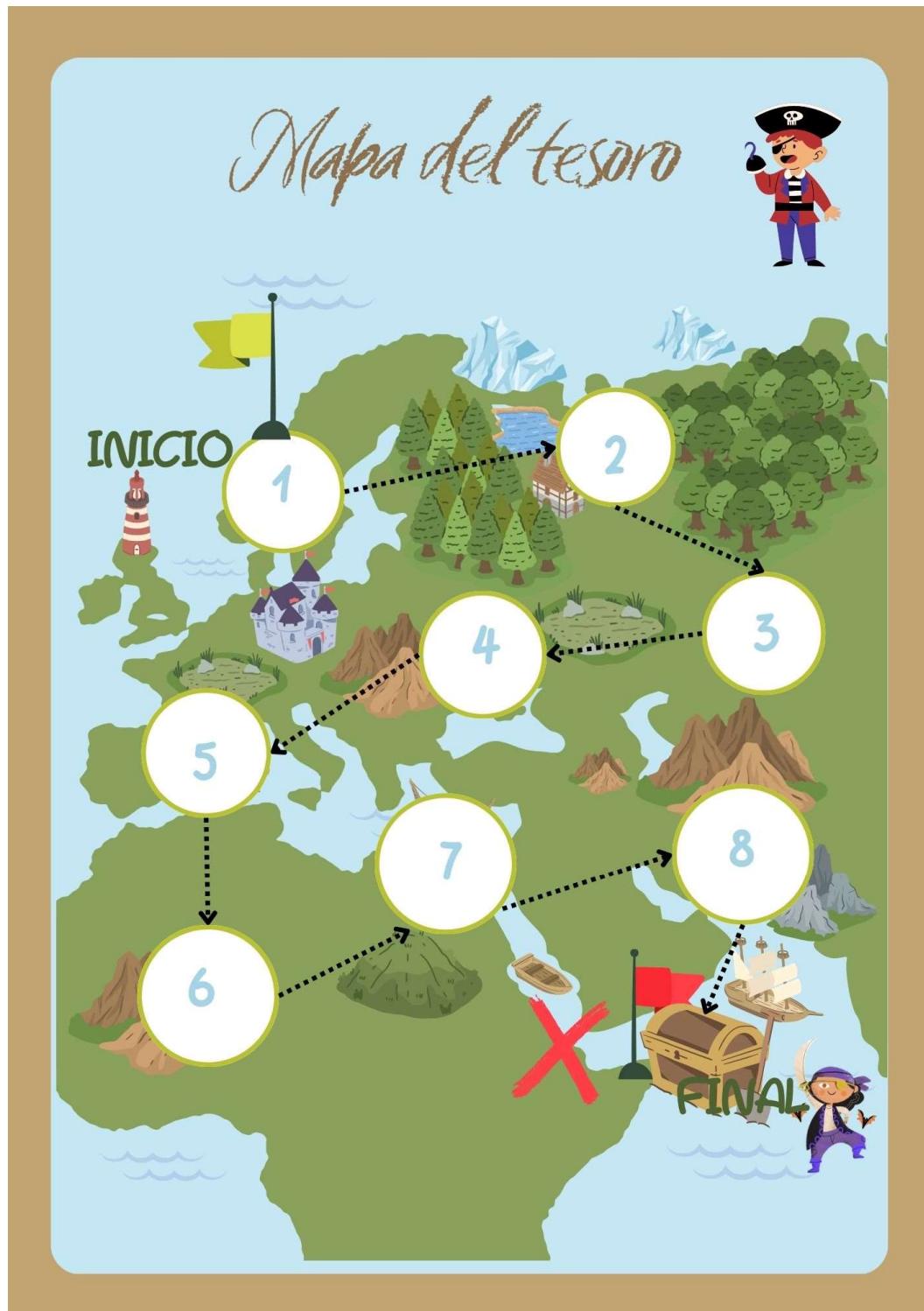


Figura 1: Mapa del tesoro

Fuente: elaboración propia



Queridos grumetes de 1º Y 2º de primaria:

¡FELICIDADES! Habéis sido elegidos para participar en una misión muy especial. Hoy, el destino os ha traído una oportunidad única: tendréis que superar diferentes pruebas para conseguir un gran tesoro. Pero este no es un tesoro cualquiera... Este es un tesoro que se encuentra en lo más profundo de sus corazones, y solo los valientes y sabios podrán alcanzarlo.

Este viaje será una aventura llena de sorpresas y desafíos, pero con cada prueba que superéis, os acercareis más al gran premio. Os he dejado un mapa, para que podáis dar con el tesoro, solo una vez superadas todas las pruebas.

Para conseguirlo, deberéis demostrar cómo sois capaces de reconocer y entender vuestras emociones, ayudar a vuestros compañeros y ser valientes ante lo que sienten. A lo largo de estas pruebas, aprenderéis a conocer vuestras emociones y cómo cada una de ellas es importante. Recordad, el tesoro no solo está al final del camino, sino en cada pasito que deis.

Así que, ¡prepárense para la aventura! El mapa del tesoro está en sus manos, y solo los que trabajen en equipo, sean valientes y sigan adelante sin rendirse llegarán al final.

¿Están listos? ¡El tesoro les espera!

Con emoción y confianza,



Figura 2: Carta de la exploradora de emociones
Fuente: elaboración propia

ANEXO 2

Nombre _____

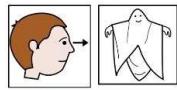
Fecha _____

IDENTIFICANDO EMOCIONES

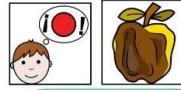
Lee cada ejemplo y decide cómo te sentirías en cada situación. Luego, recorta las imágenes de emociones en la parte inferior de la página y pégalas en el cuadro correcto.



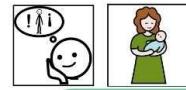
Veo un fantasma en una película



Me encontré una manzana podrida



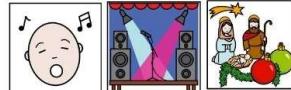
Echo de menos a mamá



Vas a una fiesta de cumpleaños.



Voy a cantar en el baile de navidad



Un niño te quita tu juguete favorito

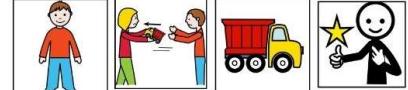


Figura 3: Ficha emociones adaptada

Fuente: elaboración propia

ANEXO 3



Figura 4: Dado de las emociones
Fuente: elaboración propia

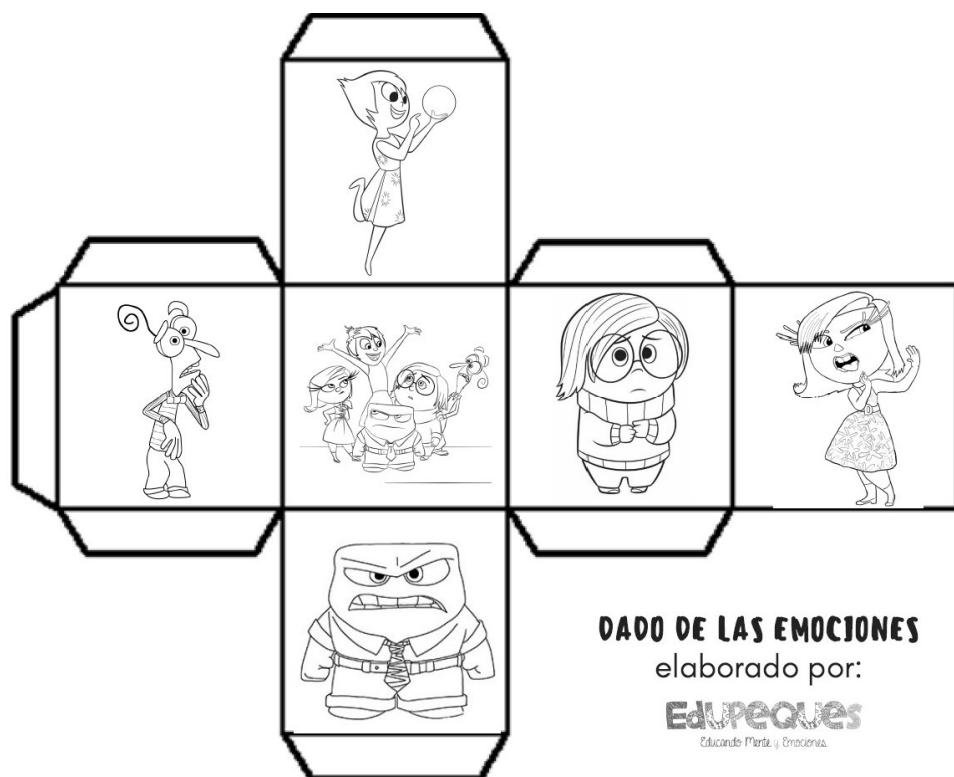


Figura 5: Ficha dado emociones
Fuente: elaboración propia

ANEXO 4



Figura 6: Oca del autoconcepto 1

Fuente: elaboración propia



Figura 7: Oca del autoconcepto 2

Fuente: elaboración propia



Figura 8: Caretas emociones

Fuente: elaboración propia



Figura 9: Libros emociones

Fuente: aulapt.org



Figura 10: Memory emociones 1
Fuente: elaboración propia

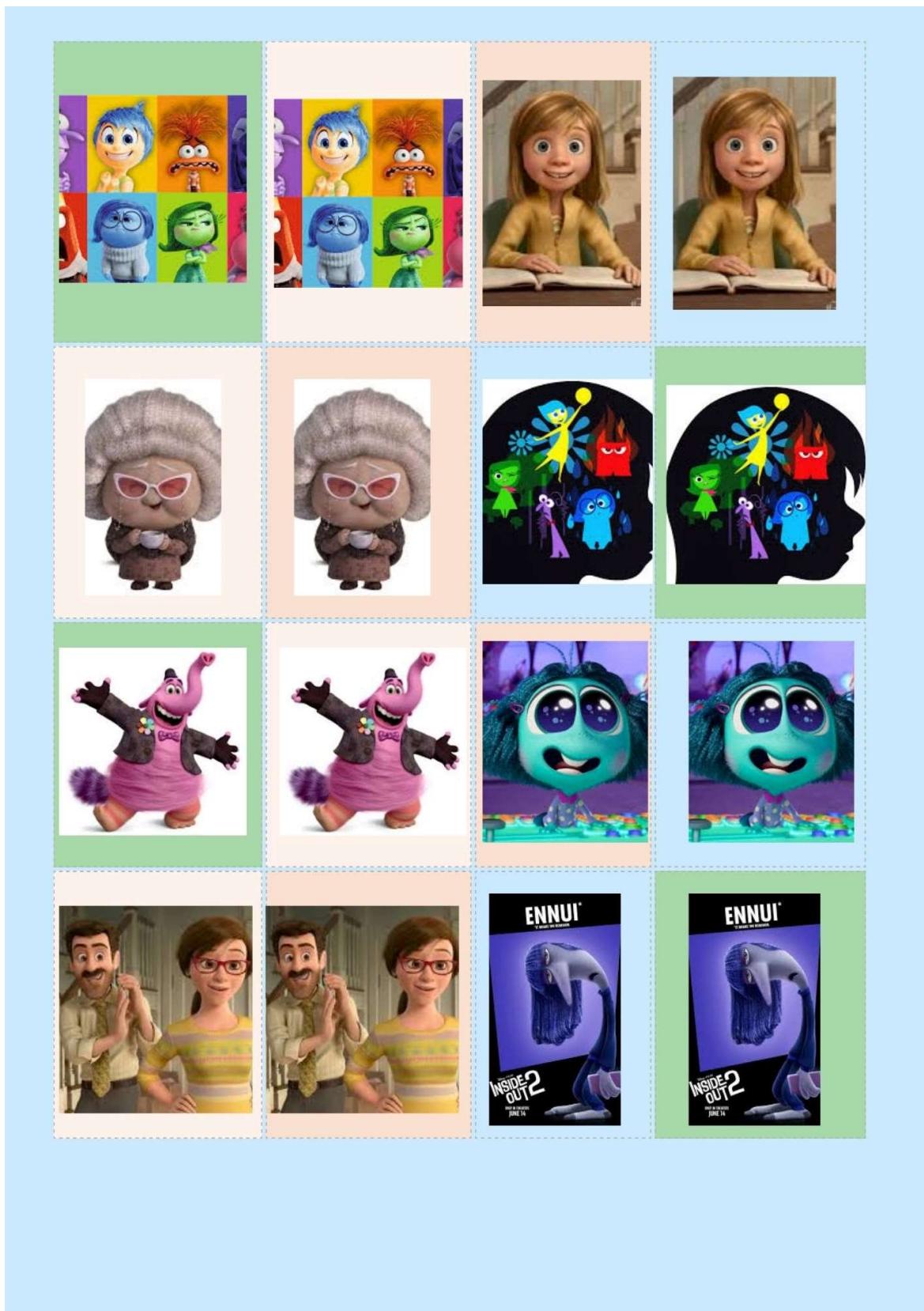


Figura 10: Memory emociones 2

Fuente: elaboración propia

ANEXO 5



Figura 11: Emoción-arte: Creaciones
Fuente: elaboración propia

ANEXO 6

¿Qué hay en mi corazón?

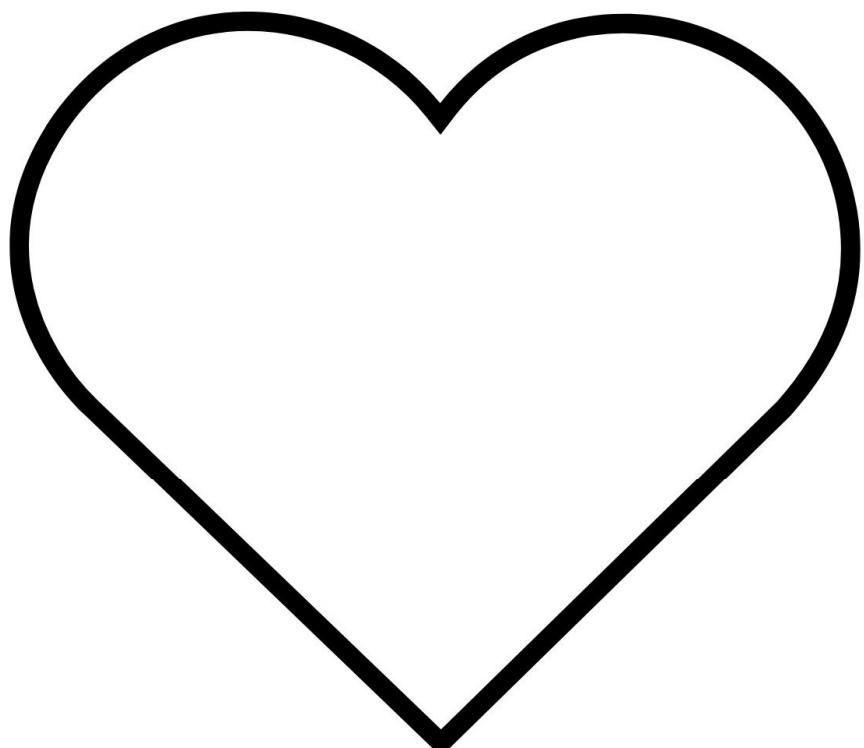
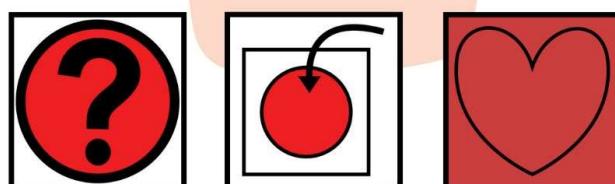


Figura 12: Ficha adaptada ¿Qué hay en mi corazón?

Fuente: elaboración propia

ANEXO 7



Figura 13: Diploma proyecto
Fuente: elaboración propia



Figura 14: Cofre del tesoro
Fuente: elaboración propia

ANEXO 8: Indicadores de logro: autoevaluación

Tabla 12. Indicadores de logro

| INDICADORES | VALORACIÓN (1-2-3-4-5) | PROPUESTAS DE MEJORA |
|--|---------------------------|----------------------|
| Los materiales elegidos permiten la manipulación, son accesibles, atractivos y suficientes | | |
| Los recursos materiales me permiten llevar a cabo las actividades | | |
| Las actividades se basan en los intereses previos de los alumnos | | |
| Las actividades tienen en cuenta las necesidades del alumnado | | |
| La elección de las actividades ha resultado atractiva y motivadora para los alumnos/as | | |
| Respeto los tiempos de mis alumnos/as para llevar a cabo el proyecto | | |
| Los objetivos se adecuan a los contenidos y criterios de evaluación | | |
| Los alumnos han alcanzado los objetivos pensados para el proyecto | | |
| Temporalización estipulada correcta | | |
| Coordinación con los miembros de la comunidad educativa | | |
| Los alumnos han alcanzado los objetivos pensados en el programa | | |

Fuente: elaboración propia

ANEXO 9: Rúbrica de evaluación proyecto

Tabla 13. Rúbrica de evaluación

| CRITERIOS DE EVALUACIÓN | SUPERADO | EN PROCESO | CON DIFICULTAD |
|--|---|---|---|
| CE.1 Identifica y nombra emociones básicas en diferentes situaciones cotidianas. | Identifica y nombra con claridad las emociones básicas en situaciones variadas. | Identifica algunas emociones, aunque aún necesita apoyo. | Tiene dificultades para identificar o nombrar emociones. |
| CE.2 Reconoce e interpreta emociones propias y ajenas ante situaciones del día a día. | Reconoce y explica con precisión emociones propias y ajenas. | Muestra avances en la interpretación emocional, aunque necesita más guía. | Le cuesta reconocer e interpretar emociones en sí mismo y en los demás. |
| CE.3 Participa en juegos expresando adecuadamente las emociones que experimenta. | Participa activamente y expresa con claridad sus emociones durante los juegos. | Participa en los juegos, aunque su expresión emocional no siempre es clara. | Tiene dificultades para expresar sus emociones al jugar. |
| CE.4 Participa en dinámicas grupales mostrando comprensión emocional y actitud colaborativa. | Colabora activamente, mostrando empatía y comprensión emocional. | Participa en las dinámicas con intención colaborativa, aunque con apoyo. | Le cuesta participar y mostrar comprensión emocional en grupo. |
| CE.5 Muestra actitudes de empatía y colaboración en juegos y actividades grupales. | Demuestra empatía y colabora de forma respetuosa con sus compañeros. | Intenta colaborar y muestra empatía en algunas situaciones. | Tiene dificultades para empatizar o colaborar con los demás. |

| CRITERIOS DE EVALUACIÓN | SUPERADO | EN PROCESO | CON DIFICULTAD |
|--|--|---|--|
| CE.6 Aplica estrategias de autorregulación emocional ante diferentes emociones. | Utiliza estrategias efectivas para regular sus emociones de forma autónoma. | Aplica algunas estrategias con apoyo del adulto. | Le cuesta controlar sus emociones y necesita intervención constante. |
| CE.7 Utiliza el lenguaje plástico para representar emociones sentidas al escuchar música. | Representa de forma creativa y clara las emociones sentidas con recursos plásticos. | Intenta representar emociones, aunque de forma poco clara o con apoyo. | Tiene dificultades para utilizar el lenguaje plástico con sentido emocional. |
| CE.8 Reflexiona sobre sus emociones y las verbaliza con un vocabulario emocional adecuado. | Reflexiona con profundidad y usa un vocabulario emocional rico y variado. | Comienza a reflexionar y utiliza algunas palabras emocionales. | Tiene dificultades para verbalizar emociones o emplea un vocabulario muy limitado. |
| CE.9 Participa activamente en tareas cooperativas mostrando responsabilidad y respeto. | Participa activamente con responsabilidad y actitud respetuosa en las tareas cooperativas. | Participa en algunas tareas, aunque necesita supervisión para mantener el respeto y compromiso. | Le cuesta trabajar en equipo y mantener una actitud adecuada. |

Fuente: elaboración propia

ANEXO 10: Plano de aulas



Figura 15: Plano de aulas

Fuente: elaboración propia