

Propuesta educativa para trabajar las emociones básicas en Educación Infantil

Trabajo de fin de grado presentado por: Naia Armesto Pinillos
Titulación: Grado de maestro/a en Educación Infantil
Línea de investigación: Propuesta de intervención
Director/a: Sonia Gutiérrez Gómez-Calcerrada

Ciudad: Bilbao
Fecha: 15 de junio de 2015
Firmado por: Naia Armesto Pinillos

CATEGORÍA TESAURO: 1.1.9 Psicología de la Educación

Resumen:

Las emociones son parte de nuestro día a día. Cada acontecimiento nos afecta emocionalmente y es, por tanto, necesario que sepamos entender y regular nuestras emociones y las de los de nuestro alrededor. La escuela de hoy en día quiere apostar por la educación de la dimensión emocional del alumnado desde sus primeros pasos para fomentar así su desarrollo integral. Para ello, es imprescindible fomentar una educación emocional a través de propuestas de intervención educativas como la que presentamos en este trabajo. Esta propuesta educa las seis emociones básicas (alegría, tristeza, desagrado, ira, sorpresa y miedo) en el alumnado de 4-5 años de edad a través de un eje temático: "El Sistema Solar". Se ambienta cada emoción en un planeta diferente, y se utilizan diferentes espacios del centro educativo. Cada una de las emociones se trabaja a través de varios ejercicios.

Palabras clave: Educación Infantil, educación emocional, emociones básicas, propuesta educativa.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
1.1. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL TEMA	5
1.2. OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS.....	5
2. MARCO TEÓRICO	6
2.1. DE LA INTELIGENCIA COGNITIVA A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	6
2.2. EMOCIONES BÁSICAS.....	8
2.3. EDUCACIÓN EMOCIONAL	9
2.3.1. Educación emocional como término.....	10
2.3.2. Legislación vigente	12
2.3.3. Educación emocional en la etapa de Educación Infantil	13
2.3.4. Intervenciones educativas para trabajar la dimensión emocional en Educación Infantil	15
3. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA	17
4. MARCO PRÁCTICO	18
4.1. Características generales:.....	18
4.2. Objetivos de la propuesta:.....	19
4.3. Competencias generales:.....	20
4.4. Contenidos:.....	20
4.5. Temporalización:.....	21
4.6. Recursos materiales y/o tecnológicos:.....	22
4.7. Actividades:.....	22
4.8. Evaluación de la propuesta:.....	33
5. CONCLUSIONES	35
6. LIMITACIONES Y PROSPECTIVA	36
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	37
8. ANEXOS	40
8.1. ANEXO 1	40
8.1.1. Materiales de la actividad de introducción y evaluación del tema:	40
8.1.2. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con el miedo:	41
8.1.3. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con la ira:.....	41
8.1.4. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con la alegría:	42
8.1.5. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con el desagrado:	43
8.1.6. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con la sorpresa:.....	47

1. INTRODUCCIÓN

¿Quién no se ha encontrado alguna vez en una situación en la que no puede identificar lo que siente? Ante estas situaciones, es común quedarse bloqueado y no saber cómo actuar. No entender lo que uno siente puede ser fuente de frustración, agonía y dar pie a actitudes que pueden llegar a ser hasta violentas. No cabe duda de que las emociones son parte del día a día de todas las personas, ya que desde los primeros meses de vida el humano siente en todo momento y aunque no sepa que es exactamente lo que siente, las emociones y las sensaciones están ahí.

Por ello, es necesario saber autorregularse y entender que ninguna emoción es negativa ni que hay que esconderla, sino que hay que saber identificarla y gestionarla. Pero es bien sabido que la educación de hoy en día no fomenta este aprendizaje, ya que prioriza otras destrezas y conocimientos. El objetivo principal de la educación subraya el desarrollo integral de la persona, trabajando y desarrollando todos los ámbitos de ésta, entre ellos, el aspecto emocional.

Es por esto que este trabajo busca dar una propuesta educativa de carácter práctico para que los centros puedan trabajar y desarrollar el ámbito emocional en el alumnado de Educación Infantil. Se es consciente de la posible falta de recursos que algunos docentes puedan sufrir y este proyecto nace de esa necesidad y de querer dar respuesta a través de un proyecto educativo.

Este trabajo está dividido en ocho partes. En el primer apartado, el que incluye la introducción, justificación del tema y los objetivos generales y específicos, se exponen las diferentes razones que han llevado a hacer este trabajo para trabajar la educación emocional y cuáles son los objetivos del mismo. Después se expone el marco teórico que supone la base teórica de la propuesta educativa donde diferentes expertos recalcan la importancia de desarrollar la dimensión emocional. En tercer lugar, se justifica la propuesta educativa para trabajar el aspecto emocional en el alumnado de 4-5 años de edad, y después se explica la propuesta con sus diferentes secciones. En quinto lugar, se exponen las conclusiones sacadas de todo el trabajo, se continúa con las limitaciones y la prospectiva y por último, se muestran las referencias bibliográficas.

Como hemos mencionado anteriormente, a continuación, se explicará la justificación de por qué se ha elegido este tema para este trabajo de fin de grado.

1.1. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL TEMA

Las personas no son seres únicamente racionales, las personas se entristecen, se alegran, se avergüenzan y se entusiasman. Pero la realidad es que no se enseña a las personas a comprender sus emociones. Entre otros autores, Martínez-Otero (2002) expone la necesidad de acabar con la educación que promueve desarrollar solo lo cognitivo y que deja a un lado la dimensión emocional.

La educación debe garantizar el desarrollo del aspecto emocional en todo el alumnado, no como un aspecto independiente a los demás, sino desde una postura integradora de la persona. Las emociones están integradas en la inteligencia y que, por tanto, éstas no actúan de manera independiente (Martínez-Otero, 2002).

Como en muchas otras áreas de la educación, como la psicomotora o la cognitiva, lo ideal es llevar este proceso de enseñanza y aprendizaje desde los primeros momentos que el alumnado está en el entorno escolar. Así lo defienden algunos autores, como de Andrés (2005), ya que sitúa en el mismo grado de importancia lo que aprende y lo que siente el alumnado y hace especial hincapié en la importancia de su trabajo curricular desde las edades tempranas. Por esta razón, esta propuesta educativa está orientada a la etapa de Educación Infantil, más concretamente al alumnado de 4-5 años de edad. El objetivo de la misma es trabajar la dimensión emocional a través de un eje temático. De esta manera, se trabaja desde una perspectiva globalizada y motivadora para el alumnado.

Después de haber introducido y justificado el tema a tratar, a continuación se especificarán los objetivos de este trabajo de fin de grado.

1.2. OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

A la hora de querer desarrollar un trabajo, es imprescindible marcarse unos objetivos, para saber cuál o cuáles son las razones para llevar a cabo el mismo. En este caso, se han explicitado diferentes objetivos, tanto el general como específicos. El objetivo general de este trabajo es el siguiente:

- Diseñar una propuesta educativa para el alumnado de 4-5 años de Educación Infantil para desarrollar la dimensión emocional.

Entre los objetivos específicos encontramos:

- Analizar bibliografía teórica relacionada con la educación emocional, dando especial atención a su importancia en Educación Infantil.

- Facilitar a la comunidad educativa una propuesta que sirva de formación y mejora.
- Investigar sobre la posible relación entre la educación emocional y el aprendizaje académico.
- Diseñar una propuesta educativa que utilice diferentes espacios de la escuela.

Tras definir los objetivos, se analizan las diferentes perspectivas acerca de la inteligencia emocional y la educación emocional, haciendo especial referencia a la educación emocional en Educación Infantil. También se analiza cuál es la postura de la legislación vigente hacia este tema.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. DE LA INTELIGENCIA COGNITIVA A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

“La educación a lo largo del siglo XX se ha centrado en el desarrollo cognitivo (Bisquerra, 2012, p.81).” La perspectiva diferencial fue la que dio pie a la creación y uso de los test de inteligencia como medidor de la inteligencia de la persona definiendo con un número el Cociente Intelectual (C.I.) (Martínez-Otero, 2002). Es por ello que ya desde la escuela tradicional se entendía como persona inteligente aquella que sacaba puntuaciones altas en asignaturas como matemáticas, griego o latín. Esta idea evolucionó hasta que se empezó a pensar que un alumno inteligente era aquel que obtenía la calificación más alta en los test de inteligencia (Fernández - Berrocal y Extremera, 2002).

Esto equivale a decir que se evalúa a la persona de una manera dividida, como si la inteligencia solo fuera un ámbito de la persona, diferenciado de los demás. Muchos investigadores no tenían en cuenta el contexto y la situación emocional de la persona a la hora de evaluarla, teniendo en cuenta solo los aspectos racionales. Esta perspectiva es lo que ha llevado a evaluar a través de los test de inteligencia, evaluando por tanto, solo los aspectos racionales sin tener en cuenta a la persona como una unidad (Martínez-Otero, 2002).

Durante la década de los años treinta, autores como Thordike defendían la idea de la existencia de una posible inteligencia social (Grewal y Salovey, 2006). Thordike entiende por inteligencia social la capacidad de saber relacionarse con los demás (Molero, Saiz y Esteban, 1998). También Wechsler (1934) puntualizó la existencia de otros aspectos no relacionados con lo que en aquel momento se entendía como intelectual que formaban parte de una inteligencia global (Grewal y Salovey, 2006).

Fue más tarde cuando el reconocido autor Howard Gardner (1983) subrayó el concepto de las inteligencias múltiples. Gardner (1993) define siete inteligencias múltiples y entre estas están la intrapersonal y la interpersonal. La primera hace referencia al trabajo emocional hacia uno mismo y la otra, la interpersonal, hacia los demás (Collell y Escudé, 2003). Se pone en práctica la intrapersonal cuando se le pone nombre a lo que uno siente o lo expresa abiertamente y, en cambio, la interpersonal se utiliza, por ejemplo, cuando aparece la empatía (López, 2005). Es entonces cuando se entiende que estas dos fusionadas componen la inteligencia emocional (Bisquerra, 2012). Por otro lado, a través de su libro, Gardner defiende la necesidad de saber identificar, reconocer, seleccionar y discriminar las diferentes emociones, en definitiva, saber entender y gestionar lo que uno siente (Grewal y Salovey, 2006).

Salovey y Mayer (1990) fueron los pioneros en fijar el concepto de inteligencia emocional (Bisquerra, 2012). La definen como la competencia para comprender las propias emociones y las de las personas del entorno, y la capacidad de modificar la conducta y pensamientos propios valiéndose de esa información (Grewal y Salovey, 2006). Salovey y Mayer profundizan todavía más en la cuestión y al entender también la Inteligencia Emocional como una habilidad, subrayan cuatro importantes componentes (Fernández - Berrocal y Extremera, 2002):

- Percepción y expresión emocional: la capacidad de identificar, comprender y nombrar nuestras emociones.
- Facilitación emocional: saber entender la unión entre racional y emocional y utilizar las emociones para pensar y tomar decisiones.
- Comprensión emocional: interiorizar lo que sentimos y entender la posibilidad de que se den cambios emocionales.
- Regulación emocional: saber gestionar emociones positivas y negativas para operar eficazmente.

Para una correcta habilidad emocional es necesario comprender que estos cuatro componentes están interrelacionados, que todos ellos son necesarios y saber utilizarlos tanto para uno mismo como hacia los demás (Fernández - Berrocal y Extremera, 2002).

Más autores han ofrecido diversas definiciones de inteligencia emocional. Para Oriol es un medio motivacional imprescindible para subsistir. Para Hein, en cambio, es una capacidad mental innata que nos da las destrezas para controlar, regular y utilizar nuestras emociones con el objetivo de ser felices y alargar nuestra vida. Es, para Hein, un recurso

que nos da la creatividad e imaginación necesario para hacer frente a diferentes tipos de situaciones (de Andrés, 2005).

Tras haber analizado la evolución y como se ha ido formando el concepto de inteligencia emocional, vamos a centrarnos en las emociones básicas, ya que estas son las que se trabajan en la propuesta de intervención educativa de este Trabajo de Fin de Grado.

2.2. EMOCIONES BÁSICAS

Antes de hablar de las emociones básicas, es necesario definir qué significa emoción. La Real Academia Española (2015) define la emoción como un cambio, positivo o negativo, en el estado de ánimo con una duración limitada y con cierto acompañamiento somático. Bisquerra (2003) defiende que “una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2003, p.12). Las reacciones que se dan en los centros emocionales cerebrales se suelen dar de manera inconsciente, son respuestas automáticas (Bisquerra, 2003).

Fue Paul Ekman quien quiso definir una lista con las que él entendía por emociones básicas. Estas emociones primarias son alegría, miedo, ira, asco, sorpresa y tristeza. Él afirma que a partir de estas seis emociones derivan las demás al mezclarse unas con las otras en diferente grado de intensidad (Causa y Sosa, 2007). Cabe mencionar que estas emociones vienen dadas de forma innata, al igual que los mecanismos cerebrales necesarios para reconocerlas y expresarlas (Loeches, Carvajal, Serrano y Fernández, 2004). Es más, se dan de igual forma en diferentes sociedades del mundo, aun teniendo diferente cultura o estilo de vida, exceptuando a aquellos que hayan nacido con alguna alteración física, morfológica o genética (Zerpa, 2009).

Entre las seis emociones básicas, se encuentra la alegría. Marina (citado en Cascón, 2006) entiende por alegría la consecución de nuestras metas y el cumplimiento de nuestros deseos, los cuales van acompañados de un placer psicológico y físico. La alegría suele expresarse a través de la sonrisa y la risa (Páez y Vergara, 1992).

Por otro lado, el miedo se relaciona con ataques físicos, posibilidades de fracaso y situaciones desconocidas, e incrementa las posibilidades de querer huir o esconderse (Paéz y Vergara, 1992). Según Cascón (2006), el miedo incrementa la prudencia, la capacidad de protegerse y de estar alerta, y mejora nuestro saber reaccionar.

La ira se entiende por un alto grado de irritación ante una situación (Cascón, 2006) y puede derivar en expresiones agresivas orales y no orales (Páez y Vergara, 1992). La tristeza, para Marina (citado en Cascón, 2006), es entendida por desgracia que deriva en un comportamiento pasivo que tiende al aislamiento y en el caso de los niños la ira suele aparecer por carencia de afecto.

Para López (citado en Callejo 2013), la sorpresa se da cuando un estímulo rompe con el esquema cognoscitivo y hace que la mente del ser humano pase a quedarse en blanco. Por último, el asco es una respuesta innata, fuerte e instantánea con intención de rechazar lo dañino o aquello que nos causa repulsión. El asco no solo lo causan sustancias físicas, como ciertas comidas o bichos, sino también actitudes sociales que se dan en el día a día (León, 2014).

Las seis emociones básicas mencionadas anteriormente no se dan en el mismo momento, son parte de un desarrollo evolutivo de las emociones. Por ejemplo, en el primer mes de vida aparecen el asco y la alegría y más tarde aparecen el miedo, la ira, la tristeza, etc. (Sanz, 2012). Para Del Barrio (citado en Sanz 2012), la intensificación o suavización de estas emociones se dará dependiendo de las influencias sociales del entorno que los niños vayan recibiendo. Cabe mencionar que Para Del Barrio (citado en Sanz 2012), las emociones básicas son imprescindibles para que el niño pueda sobrevivir, ya que al usarlas, el niño es capaz de expresar lo que necesita.

Con intención de centrar aún más el tema al área de ese trabajo, analizaremos la educación de la dimensión emocional. Por tanto, a continuación se detallarán las diferentes perspectivas acerca de qué es la educación emocional, su comprensión desde el punto de vista de la legislación vigente, la educación emocional específicamente en Educación Infantil, las principales propuestas de intervención educativa en esta etapa.

2.3. EDUCACIÓN EMOCIONAL

A la hora de analizar este apartado, es imprescindible dividirlo en cinco partes. En primer lugar, analizaremos la educación emocional como término y qué entienden por educación emocional diferentes autores.

2.3.1. Educación emocional como término

Micheá opina que “La sociedad moderna, que ha alcanzado un grado de educación formal sin precedentes, también ha dado lugar a otras formas de ignorancia” (Collell y Escudé, 2003, p.1).

Se entiende la educación emocional como la puesta en práctica de la inteligencia emocional (Bisquerra, 2012). Cabe mencionar la importancia del término Educación Emocional, al entender que es una competencia que se aprende y que se va perfeccionando, desarrollando así tanto el bienestar personal como el social (Collell y Escudé, 2003). Para Bisquerra (2006) es un “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (p.15). Hasta ahora, la escuela ha educado con afecto, es decir, no ha educado dotando al alumnado de conocimientos teóricos y prácticos de las emociones (Bisquerra, 2012). Se trata de fomentar el trinomio de actuar, pensar y sentir en el alumnado, que no estén divididos, sino que los tres trabajen juntos constantemente (López, 2005).

La educación emocional es una herramienta de prevención para la aparición de acciones y/o decisiones destructivas para la persona. Esta concepción de educación pretende prevenir circunstancias dañinas realizando las favorables (Bisquerra, 2006).

Considerando a la persona como un ser unitario y no dividido, se entiende que la personalidad, y por tanto sus emociones, están integradas en la inteligencia y que ésta no actúa independiente (Martínez-Otero, 2002). Sin la gestión de emociones no obtenemos equilibrio ni mental ni emocional, es necesario conocer lo que sentimos y saber gestionarlo para que colabore con el ámbito racional (Fernández-Berrocal y Extremera, 2002). Por ello, hay que educar el ámbito emocional para así desarrollar la personalidad del alumnado (Abarca, 2003). Es por ello que entre los diferentes objetivos de la educación emocional encontramos saber regular las propias emociones y las de los demás, adquirir la capacidad de impulsar emociones positivas, saber fomentar la auto-motivación, etc. (Bisquerra, 2006).

La educación emocional no es una concepción o idea aislada, sino que integra otras aportaciones educativas y científicas, tales como las renovaciones pedagógicas que remarcan la importancia de la dimensión afectiva, y los avances en neurociencia que han facilitado la comprensión del funcionamiento de las emociones en el cerebro (Bisquerra,

2006). Aparte de los dos mencionados anteriormente, la educación emocional está basada en otros fundamentos (Bisquerra 2012):

- El counseling y la psicoterapia: estos son considerados como terapias emocionales para dar respuesta a situaciones problemáticas como el estrés, las fobias, la ansiedad, etc.
- Las teorías de las emociones: las aportaciones de diferentes autores acerca de la importancia de lo afectivo a lo largo de la historia.
- La teoría de las inteligencias múltiples: como ya ha sido mencionado anteriormente, la importancia de Gardner (1993) y la definición de sus siete inteligencias entre las cuales se remarca la aportación que le dan a la educación emocional la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal.
- El concepto de inteligencia emocional: concepto fijado por Salovey Y Mayer (1990), ha ido evolucionando a través de diferentes expertos, como ya se ha explicitado anteriormente.
- La psiconeuroinmunología: explica la estrecha relación entre la salud física y la dimensión emocional, ya que las emociones dañinas disminuyen las defensas del sistema inmunológico.
- El bienestar subjetivo: toda persona busca el bienestar emocional en su vida a través de mejorar los factores que influyen en ésta, tales como, las relaciones sociales, la salud, el amor, etc.

Del nacimiento a la pubertad es la época en la que se desarrolla con especial relevancia el ámbito emocional. Por tanto, los centros educativos son agentes de primera mano, ya que influyen en el desarrollo de la personalidad y son orientadores de educar acerca de la gestión de las emociones y de cómo relacionarse con los demás. Lo curioso es la falta de intervención por parte de las escuelas para ofrecer una buena educación emocional, aun cuando se subraya su importancia (Abarca, 2003). Es importante enseñar al alumnado a ser inteligente emocionalmente, ya que esto le dotará de las competencias necesarias para resguardarse de los factores de riesgo o reducir sus efectos nocivos (de Andrés, 2005).

Además, un buen desarrollo de la dimensión emocional tiene un claro efecto en el aprendizaje, ya que al adquirir y saber llevar a la práctica una correcta competencia emocional se facilita la capacidad de integrar contenidos, mejora el rendimiento y el alumnado tiene una mejor actitud hacia el aprendizaje. Para ello, son importantes los elogios y el sentir que se ha hecho un buen trabajo, repercutiendo éstos en el desarrollo

del autoconcepto y la autoestima positiva y relacionando el proceso de aprendizaje con buenos sentimientos. Sin embargo, la escuela por norma general no ha respondido a la necesidad de educar de forma organizada la dimensión emocional del alumnado años atrás, por mucho que se haya demostrado la aportación que ésta hace al desarrollo de las relaciones sociales, la relación que tiene cada persona consigo misma y la estrecha relación que hay entre lo emocional y lo académico (Abarca, 2003).

Por tanto, hay que romper con la educación que promueve solo el desarrollo de lo racional y realzar la importancia del aspecto afectivo y emocional, teniendo en cuenta que este aspecto repercute en todos los ámbitos del día a día de la persona. Para ello, es imprescindible cambiar el sistema educativo de hoy en día para dar una verdadera educación que desarrolle todos las áreas de la persona, tanto racionales como emocionales (Martínez-Otero, 2002). Y hay que tener en cuenta que los centros educativos pueden ser el segundo de los agentes de socialización del alumnado después de la familia (Abarca, 2003).

Para que el alumnado interiorice conocimientos emocionales, es importante que desarrolle competencias emocionales, entendiendo por competencia aquella que dote al alumnado de conocimientos, habilidades, capacidades y actitudes para poder actuar de manera eficaz ante diferentes situaciones (Bisquerra, 2012). La competencia emocional es “un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (Bisquerra, 2012, p.87). Para interiorizar la competencia emocional es importante saber reconocer y regular cada uno sus propias emociones, e identificar lo que sienten y piensan los demás (Bisquerra, 2012).

Tras haber analizado la educación emocional como concepto, analizaremos el respaldo que da la legislación vigente hacia el hecho de desarrollar la dimensión emocional del alumnado.

2.3.2. Legislación vigente

La escuela ha impulsado los conocimientos racionales sin hacer referencia alguna a la reflexión de las emociones y los sentimientos. Sin embargo, la UNESCO (1998) consideró la competencia emocional como una habilidad necesaria que va de la mano del ámbito cognitivo (Colléll y Escudé, 2003). Más adelante, la UNESCO declaró que la educación tenía que centrarse más aún en el desarrollo de las habilidades tanto sociales como

emocionales (UNESCO, 2007). Es más, es necesario que la educación emocional esté integrada en el día a día escolar y, por tanto, en el currículum (Collell y Escudé, 2003). Al tener carácter continuo se ve imprescindible su aparición en todo el currículum académico (Bisquerra, 2006).

Cabe mencionar que la LEY ORGÁNICA 2/2006, de 3 de mayo, de Educación establece entre los diferentes principios que aparecen en el art. 1 “La educación para la prevención de conflictos y para la resolución pacífica de los mismos, así como la no violencia en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social” (p. 17165). Más concretamente, en el apartado de Educación Infantil, la ley expresa entre sus principios generales que tiene como objetivo el desarrollo físico, afectivo, social e intelectual del alumnado (LOE 2/2006 art. 12).

Es más, entre sus objetivos específicos está “Desarrollar sus capacidades afectivas” y “Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social, así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos. (p.17167). También se le da importancia al aspecto emocional en los principios pedagógicos donde se vuelve a poner de manifiesto la orientación en el desarrollo de lo afectivo, las relaciones sociales y el impulso de una autoestima positiva (LOE 2/2006 art. 14).

Después de analizar el aspecto legislativo a nivel de la educación emocional, profundizaremos en el desarrollo de la dimensión emocional en el alumnado de Educación Infantil.

2.3.3. Educación emocional en la etapa de Educación Infantil

“En las primeras etapas de la escolarización, el desarrollo emocional juega un papel esencial para la vida y constituyen la base o condición necesaria para el progreso del niño en las diferentes dimensiones de su desarrollo (de Andrés, 2005, p.110).

En la etapa de Educación Infantil se dota al alumnado de varias estrategias para desarrollar así sus conocimientos, habilidades y competencias para razonar, pensar y comunicarse. Pero es necesario también que desarrollen una serie de competencias socio-emocionales que les permitan desarrollarse de manera íntegra (de Andrés, 2005).

Con intención de fomentar una educación de las emociones, es imprescindible la cooperación y coordinación de toda la comunidad educativa, de la que son parte las

familias y todos los demás agentes educativos partícipes de ese proceso de enseñanza-aprendizaje (López, 2005). López (2005) propone una serie de objetivos que se pueden lograr a lo largo de la etapa de Educación Infantil:

- Impulsar el desarrollo integral de todo el alumnado.
- Aprender a tolerar la frustración.
- Impartir las estrategias necesarias para la adquisición de las competencias emocionales para el equilibrio y la mejora de la autoestima.
- Fomentar las interacciones entre el grupo para favorecer el clima y la cohesión del aula.
- Aprender a controlar los impulsos.
- Promover la motivación y el esfuerzo de cara al trabajo.
- Fomentar conductas de tolerancia y consideración.
- Desarrollar el proceso de autoconocimiento y el conocer a los de alrededor.
- Aprender a relacionarse consigo mismo y con los demás como fuente de goce personal y social.

También son importantes los contenidos a trabajar en relación a la educación emocional en la etapa de Educación Infantil. Estos, por supuesto, no hay que trabajarlos de manera diferenciada, sino desde una perspectiva globalizada. Los contenidos a trabajar son (López, 2005):

- Conciencia emocional: identificar los propios sentimientos y lo de alrededor y aprender a expresarlos de manera verbal y/o no verbal.
- Regulación emocional: saber controlar los impulsos, tolerar sentimientos negativos, aceptar la frustración y saber esperar las recompensas.
- Habilidades socio-emocionales: hacen referencia al sentimiento de empatía, comprender y ayudar a los demás, y tener relaciones sociales satisfactorias.
- Habilidades de vida: sentirse bien en las actividades diarias del tiempo libre, de la escuela, con amigos y con la familia.
- Autoestima: es la evaluación personal que hace uno mismo de sus propias características. Es en las edades tempranas cuando uno empieza a conocerse a sí mismo con ayuda de los demás y la aceptación de ese yo influye en el desarrollo de una autoestima positiva o negativa.

Aparte de estos contenidos, Bisquerra (2012) añade uno más: la motivación. Él asegura que la motivación se abre a través de la emoción y que la automotivación está totalmente ligada a la autonomía y voluntad personal.

Por último, y para acabar con este apartado y con el marco teórico, se analizarán diferentes intervenciones para trabajar el componente emocional en la etapa de Educación Infantil.

2.3.4. Intervenciones educativas para trabajar la dimensión emocional en Educación Infantil

López (2003) propone una intervención educativa para trabajar el componente emocional en Educación Infantil, exactamente para alumnado de entre 3 y 6 años. En esta propuesta se hace hincapié en la importancia de desarrollar todas las dimensiones de la persona y de la vida, las cuales se empiezan a desarrollar en las edades tempranas. Cabe mencionar que en esta propuesta educativa se le da especial importancia a seguir trabajando la dimensión emocional en etapas posteriores. Las actividades de esta propuesta se agrupan en bloques temáticos y cada bloque está compuesto de unas seis actividades. Los bloques temáticos son los siguientes: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales y habilidades de vida.

Por otro lado, también se enfatiza en el papel del educador como mediador del aprendizaje y como aquel que proporciona seguridad y confianza al alumnado a través de la conversión del aula en un entorno seguro (López, 2003). En cuanto al papel del docente, Bisquerra (2012) afirma que para llevar a cabo una correcta tutoría es imprescindible formarse en educación emocional. Para una formación total, es necesario conseguir una serie de objetivos, entre los que se encuentran el entendimiento de los diferentes efectos que tienen las emociones en el aula, saber reconocer las propias emociones y sus posibles repercusiones en el entorno y saber autorregular las propias emociones (Bisquerra, 2012). Es necesario entender que el docente es uno de los principales referentes del alumnado y que con su forma de actuar y de mostrar afecto, repercutirá en si el niño se siente apreciado y valorado o no (López, 2003).

Entre los ejercicios de este programa, encontramos “¿Cómo se sienten?” donde el alumnado debe descifrar las emociones que sienten los personajes de distintas imágenes. En esta propuesta de intervención, también se encuentra otro ejercicio titulado “Mi cara refleja” en el que se enseña al alumnado a identificar, a comprender y a reproducir la

expresión fácil de ciertas emociones a través de un juego, ya que ellos deben adivinar las expresiones faciales de sus compañeros (López, 2003). Cabe mencionar que el juego permite desarrollar todas las dimensiones de los niños, tales como, la dimensión físico-biológica, académica y la socio-emocional, ya que esta actividad es fuente de aprendizaje real y práctico. En cuanto a su aportación al aspecto socio-emocional, el juego desarrolla habilidades como la capacidad para socializarse, expresar emociones y resolver conflictos. Además, el juego es fuente de motivación, ya que despierta el interés del alumnado hacia los conocimientos que se quieran transmitir e interiorizar (Chacón 2008).

López (2005) propone también una actividad en la que se trabaja la relajación y el masaje como fuente de bienestar. En este ejercicio el alumnado por parejas se dan masajes, en la cabeza o espalda (según sus intereses) con diferentes materiales, como plumas, pelotas, etc., para relajarse y sentirse bien. Ardanaz (2009) define la relajación como la reducción voluntaria del tono muscular. En la etapa de Educación Infantil suele utilizarse para relajar los músculos después de un ejercicio activo y dinámico. También se utiliza para prepararse o dar finalidad a una actividad. En este último caso, suele utilizarse para interiorizar lo experimentado en el ejercicio anterior. Ambiente tranquilo, el silencio y la temperatura estable son los ingredientes clave para una correcta relajación.

Por otro lado, Arango (2013) propone una serie de estrategias para trabajar la dimensión emocional en el alumnado de 3 a 6 años de edad. Cada estrategia se trabaja a través de uno o dos ejercicios con el objetivo de desarrollar habilidades emocionales como la empatía, el autoconocimiento y el autocontrol. Entre los ejercicios encontramos “La caja de las emociones” donde tienen que representar una emoción y el resto de compañeros debe adivinarla. También está el ejercicio titulado “Poniéndome en el zapato del otro” donde el alumnado aprende a reconocer y a comprender el estado emocional de los demás.

Ibarrola (2004) propone un programa titulado “Sentir y pensar” dirigido al alumnado de entre 3 y 5 años de edad. Entre sus objetivos se encuentran desarrollar un alumnado con actitudes positivas, capaces de entender sus emociones y las de los demás y equipados de las estrategias necesarias para hacer frente a las diferentes situaciones del día a día (de Andrés, 2005).

Después de haber analizado la información teórica acerca de este trabajo, pasamos a desarrollar una propuesta educativa centrada en estimular la educación emocional en la etapa de Educación Infantil empezando por la justificación de la misma.

3. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

Todo el marco teórico expuesto anteriormente, además de servirnos como formación, sustenta la propuesta educativa de este trabajo de fin de grado. Autores de diferentes lugares y con diferentes experiencias nos muestran la importancia del desarrollo integral de la persona y la importancia de la escuela como agente educativo. Autores como Gardner (1993), Salovey (1990, 2006), Mayer (1990) y muchos otros han dado pie a la reflexión acerca de la importancia de las emociones y su estrecha relación con todos los aspectos, conductas y decisiones del día a día de la persona. Como hemos mencionado, y haciendo referencia a la educación formal, expertos como Bisquerra (2006, 2012), Extremera (2002) o Fernández-Berrocal (2002) hablan de la escuela como agente educativo primordial, junto a las familias, para dar fomento a una correcta educación emocional.

Es por ello que organizaciones como la UNESCO (2007) han visto imprescindible sentarse a reflexionar acerca de las teorías de todos estos autores y para fomentar un cambio en el sistema educativo e impulsar los cambios necesarios para responder a las necesidades y favorecer el correcto desarrollo de la dimensión emocional. De ahí, los cambios en las leyes educativas para dar continuación a acciones como las de la UNESCO.

Aun así, no se ve del todo claro hoy en día se de la misma importancia a los aspectos racionales y a los emocionales y de ahí nace la idea de esta propuesta educativa. Se trata de la creación de un recurso educativo a disposición de todo aquel docente, educador o interesado que quiera desarrollar el ámbito emocional del alumnado de Educación Infantil.

Como se ha expuesto anteriormente en el marco teórico, diferentes autores han diseñado intervenciones educativas, como López (2003) y Bisquerra (2012). Por lo tanto, la presente propuesta educativa no va a ser la primera diseñada para trabajar la dimensión emocional en la etapa de Educación Infantil, y se sustentará en los principales hallazgos de los autores mencionados.

Desde el punto de vista de estos expertos entendemos la importancia del uso de una perspectiva globalizada proponiendo un eje temático a través el cual se trabajarán las seis

emociones básicas (miedo, ira, sorpresa, desagrado, tristeza y alegría) utilizando distintos espacios de la escuela. Se trata de buscar la integración y la utilidad de distintos lugares con el fin de sacar su mayor partido. A diferencia de la propuesta de Bisquerra y López (2003), esta proposición educativa se centrará específicamente en el alumnado de 4 y 5 años de edad con intención de proporcionar un material determinado a este curso.

Como hemos expuesto en el marco teórico, la LEY ORGÁNICA 2/2006, de 3 de mayo, de Educación defiende la diversidad del alumnado y el derecho a recibir una educación integral. Esta propuesta educativa, por tanto, tendrá en cuenta aspectos como la diversidad, ya que cada niño es diferente y es necesario tener en cuenta las características personales de cada alumno, tales como la cultura, los intereses, las capacidades... Teniendo en cuenta estas singularidades, esta propuesta educativa busca fomentar una educación integral desde una educación emocional que ayude al alumnado a desarrollar todas sus dimensiones y que fomente los aprendizajes significativos.

Unido al deseo de proporcionar una educación integral, y como ya se ha explicado en el marco teórico, otros componentes imprescindibles de esta propuesta de intervención educativa son el juego y la relajación, ya que estos ayudan en la exploración e interiorización.

Por otro lado, se utilizarán las TIC, junto a otras herramientas, para sus actividades. Es la UNESCO (2007) quien afirma el constante cambio tecnológico que vivimos y encuentra imprescindible que el alumnado aprenda a utilizar estas tecnologías de cara a su día a día y futuro. Cabe mencionar que para conseguir que la propuesta de intervención sea lo más fructífera posible, el docente a llevarla a la práctica debe formarse antes en educación emocional.

Una vez justificada la propuesta de intervención educativa y sus principales componentes, pasamos a la explicación del marco práctico de este Trabajo de Fin de Grado.

4. MARCO PRÁCTICO

En las próximas líneas, se explicarán las principales singularidades de esta propuesta educativa.

4.1. Características generales:

Como ya se ha mencionado anteriormente, con la intención de educar la dimensión afectiva desde una perspectiva globalizada, se propone un eje temático como hilo

conductor del proyecto. En este caso, el tema serán los planetas. Cabe mencionar que no se quiere trabajar el aspecto científico de los planetas ni otros aspectos relacionados al Sistema Solar, sino educar las capacidades emocionales y hacer un pequeño acercamiento al Sistema Solar en el que vivimos. Es decir, se trabajará la dimensión emocional y los planetas de manera transversal.

¿Por qué elegimos los planetas como eje temático? La respuesta es muy sencilla. Los planetas nos sirven para viajar de uno a otro y trabajar en ellos cada una de las emociones básicas. En cada planeta el alumnado se encontrará con una situación o cuestión que hará referencia a una de las emociones para así trabajar y profundizar en esa emoción. Es evidente que las seis emociones básicas son menos en cantidad que los planetas, por lo que el alumnado no viajará a todos los planetas, solo a los necesarios, ya que el objetivo principal es trabajar la dimensión afectiva, y no que se conozcan todos los planetas.

Con intención de motivar al alumnado, para viajar de un planeta a otro, y al mismo tiempo poder utilizar diferentes espacios de la escuela, se utilizará una cuerda como nave espacial. Cada día, un alumno, elegido a sorteo, será el piloto de la nave y el docente será el copiloto que le ayudará a llegar al planeta, y al espacio escolar, deseado.

Tras haber explicado las principales características de la propuesta educativa, es imprescindible exponer cuáles son los objetivos generales y específicos de la misma.

4.2. Objetivos de la propuesta:

El objetivo general de esta propuesta de intervención educativa es el siguiente:

Fomentar el correcto desarrollo de las seis emociones básicas en el alumnado de 4-5 años de edad.

Por otro lado, los objetivos específicos de esta propuesta educativa son:

- Identificar las emociones que siente uno mismo
- Identificar y comprender las emociones que sienten los demás
- Aprender a respetar, negociar y a trabajar de forma cooperativa con los demás.
- Acercar al alumnado a los planetas del sistema solar.

4.3. Competencias generales:

Las competencias que se trabajan en esta propuesta de intervención educativa son las siguientes:

1. *Competencia en comunicación lingüística:* el lenguaje oral se utilizará en todas las actividades como recurso para el intercambio de información y para la comprensión de la realidad. En muchas actividades el alumnado también estará en contacto con el lenguaje escrito para acercarlo cada vez más a éste.
3. *Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico:* se interactuará con el mundo físico del entorno cercano del alumnado, ya que en muchas actividades se mostrarán situaciones cotidianas de su día a día. Además, al llevar a cabo actividades en distintos espacios de la escuela, el alumnado interaccionará con ellos.
4. *Tratamiento de la información y competencia digital:* en muchas de las actividades, el alumnado estará en contacto con las nuevas tecnologías desarrollando transversalmente esta competencia general.
5. *Competencia social y ciudadana:* En todas las actividades el alumnado estará en contacto con sus compañeros desarrollando así sus destrezas sociales, trabajando especialmente la negociación y cooperación.
6. *Competencia cultural y artística:* se pondrá al alumnado en contacto con su imaginación y capacidad expresiva a través de distintas manualidades con el objetivo del propio disfrute y como recurso de expresión artística.
7. *Competencia para aprender a aprender:* el alumnado irá desarrollando sus capacidades para controlar su proceso de aprendizaje e ir controlando las estrategias que mejor le funcionan. A través de las actividades cooperativas también tendrá oportunidad de mejorar sus estrategias con ayuda de sus compañeros.
8. *Autonomía e iniciativa personal:* en todo momento se irá impulsando el trabajo autónomo y el docente medirá en todo momento dar la ayuda necesaria para ir poco a poco dejando espacio a la autonomía del alumnado. En la mayoría de las actividades el alumnado trabajará con una metodología en la que tendrá que poner en marcha sus capacidades a través de su iniciativa personal.

4.4. Contenidos:

Los contenidos de la presente propuesta de intervención educativa son los siguientes:

Conceptuales:

- Las seis emociones básicas: miedo, alegría, tristeza, enfado, desagrado y sorpresa.
- Seis planetas del Sistema Solar: Mercurio, Venus, Júpiter, Saturno, Marte y Neptuno.

Procedimentales:

- Asociación entre las emociones básicas y situaciones cotidianas en las que éstas se dan.
- Comprensión de las propias emociones básicas y de las de los demás.
- Expresión de razones cercanas para el alumnado por las que se dan las emociones básicas.
- Comprensión de diferentes tipos de textos: emails, cuentos, cartas y notas breves.
- Asociación entre un objeto y la posición de éste en el espacio conocido para el alumnado.

Actitudinales:

- Aprender a trabajar en grupo y de forma individual.
- Entender que no es malo sentir emociones.
- Aprender a trabajar en diferentes espacios de la escuela.
- Mostrar una actitud positiva de cara a las diferentes actividades.
- Respetar las opiniones de los demás.
- Aprender las normas de comunicación y respeto por los turnos en los debates.

4.5. Temporalización:

La temporalización de esta propuesta de intervención educativa es la siguiente:

Se trabajará una emoción cada semana, por tanto, la duración total será de seis semanas. Es recomendable trabajar todas las actividades de cada emoción el mismo día, ya que las actividades están pensadas para ser trabajadas de forma seguida.

La actividad de introducción al tema se hará la misma semana que se trabaje la primera emoción y la actividad de evaluación del tema se hará en la semana que se trabaje la última emoción.

4.6. Recursos materiales y/o tecnológicos:

Los recursos materiales y/o tecnológicos necesarios para llevar a cabo esta propuesta de intervención educativa son aquellos definidos en el apartado 4.7. Actividades y en el apartado 8.1. Anexo 1.

4.7. Actividades:

Actividad de introducción al tema
Lugar: Aula
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Introducir el tema de las seis emociones básicas • Introducir el Sistema Solar como espacio por el que se viajará más adelante • Aprender a utilizar la nave espacial
Agrupamiento: 1ª actividad: en corro. 2ª actividad: en corro y en la nave espacial.
Explicación: <u>1ª actividad:</u> sacaremos seis fotografías que representan las seis emociones básicas (alegría, tristeza, ira, desagrado, miedo y sorpresa) a tratar en este proyecto. El docente preguntará al alumnado que cree qué le pasa o siente el niño de la foto y por qué razón se sentirá así. De esta manera, se acercará al alumnado a las emociones a tratar más adelante y se activarán sus conocimientos al formular las hipótesis de por qué se siente así el niño de la fotografía. <u>2ª actividad:</u> se pondrá en la pizarra virtual una imagen del Sistema Solar. El docente explicará en qué planeta estamos nosotros y que en los próximos días se viajará a otros planetas en nuestra nave espacial mágica para conocer las emociones que nos acompañan día a día. Se sacará la cuerda que representa nuestra nave espacial mágica y se hará un simulacro de cómo debemos viajar en ella. Debemos ir todos dentro de la cuerda en parejas y cada día uno de nosotros, elegido a sorteo, será el piloto de la nave.
Materiales: <ul style="list-style-type: none"> - Seis fotografías con las emociones básicas (ver Anexo 1, apartado 8.1.1.) - Imagen del Sistema Solar (ver anexo 1, apartado 8.1.1.) - Pizarra virtual - Cuerda que representa la nave espacial
Evaluación: A través de la observación el docente comprobará los siguientes apartados: <ul style="list-style-type: none"> • Muestra una actitud participativa durante toda la sesión.

Sí / No / En proceso

- Sabe nombrar algunas de las emociones de las fotografías.
Sí / No / En proceso
- Imagina y expresa la razón del gesto de la fotografía.
Sí / No / En proceso
- Comienza a relacionar la cuerda con la nave espacial.
Sí / No / En proceso
- Aprende a comportarse en la nave espacial.
Sí / No / En proceso

Emoción: Miedo

Planeta: Júpiter

Lugar: Aula

Objetivos:

- Mostrar una actitud positiva hacia las actividades.
- Entender el contenido del cuento.
- Expresar la razón o razones por las que a veces uno siente miedo.
- Expresar una razón que le produzca miedo en el dibujo.
- Entender que no es negativo tener miedo.

Agrupamiento:

1ª actividad: en corro.

2ª actividad: primero trabajo individual y después de nuevo en corro.

Explicación:

1ª actividad: El planeta que visitamos hoy es Júpiter. Júpiter nos ha dejado un cuento para que comprendamos lo que es el miedo. Júpiter, aunque es uno de los planetas más grande, también tiene miedo algunas veces. Nos ha dejado esta nota al lado del libro:

“Yo también he tenido algunas veces miedo. Antes, tenía miedo de los monstruos de debajo de mi cama o del armario. Gracias a este cuento empecé a superar mis miedos. Por eso, quiero que lo leáis y me contéis como os sentís.”

A continuación el docente leerá el cuento de “Donde viven los monstruos” haciendo especial referencia a los momentos en el que el protagonista muestra miedo y cómo lo supera. Después, el docente hará las siguientes cuestiones al alumnado:

- ¿Alguna vez os han dado miedo los monstruos?
- ¿Hubierais visitado el mundo de los monstruos? ¿Por qué?
- ¿Qué os da miedo en la escuela? ¿Y en casa?
- ¿Hay alguna cosa en especial que os produzca terror o miedo?

2ª actividad: Se repartirá pintura para pintar con los dedos y una cartulina blanca al alumnado y se les pedirá que dibujen algo que les dé miedo. Se les dará el tiempo necesario, y aquellos que hayan acabado se les dará la opción de volver a mirar el cuento leído o de jugar. Después, de nuevo, en corro, comentaremos de uno en uno que han dibujado. Tras haber comentado todo, el docente hará las dos últimas preguntas al alumnado:

- ¿Creéis que es malo tener miedo?
- ¿Qué debemos hacer al tener miedo?

Materiales:

- Nota de Júpiter (ver Anexo 1, apartado 8.1.2.)
- Cartulina blanca
- Pintura para pintar con los dedos

Evaluación:

A través de la observación el docente evaluará los siguientes apartados:

- Muestra interés por la carta de Júpiter.
Sí / No / En proceso
- Está atento durante el cuento y responde a las preguntas.
Sí / No / En proceso
- Comprende qué es el miedo y expresa situaciones en las que lo siente.
Sí / No / En proceso
- Expresa sus razones por las que el miedo no es malo o como hacerle frente o asiente a las exposiciones de sus compañeros tras comprender lo que dicen.
Sí / No / En proceso

A través del dibujo elaborado por el alumnado el docente evaluará si el dibujo responde a la tarea y éste expresa una situación en la que el alumno ha podido sentir miedo.

Emoción: Ira

Planeta: Marte

Lugar: Gimnasio

Objetivos:

- Participa de manera activa en las actividades.
- Baila respondiendo a los diferentes niveles de fuerza de la música.
- Reflexiona acerca de qué es la ira.
- Comienza a aprender a respirar de manera adecuada.

Agrupamiento:

1ª actividad: en corro y en la nave espacial

2ª actividad: en grupo, primero de pie y después en corro sentados.

3ª actividad: individual.

Explicación:

1ª actividad: El docente comenta que ha llegado un email para nuestra aula. En la pizarra virtual el docente abre el email y lee el remitente: Marciano de Marte. Pregunta al alumnado a ver si alguien le conoce. Después procede a leer el email:

“Queridos terrestres:

Estoy muy muy muy enfadado. Tanto que el planeta donde vivo se ha vuelto rojo de la ira que llevo dentro. Hace tanto tiempo que nadie viene a jugar conmigo que me he enfadado con todo el mundo. Yo solo quiero jugar y pasármelo bien, pero aquí estoy solo, y estar solo me enfada mucho. ¿Por qué no venís a visitarme? He oído

que habéis estado en otros planetas también.

Os espero,

Marciano de Marte”

El docente pregunta al alumnado si quieren ir a ayudar a Marciano. Después, montan en la nave espacial con el piloto que haya salido en el sorteo y ponen rumbo a Marte (gimnasio).

2ª actividad: Al llegar a Marte, buscan a Marciano pero no está. Encuentran una nota que dice lo siguiente:

“No puedo estar ahí, hoy, pero puedo veros desde donde estoy. Me gustaría que oyeráis la música que oigo yo y bailarais o movierais como lo música os hace sentir”. El docente reproduce 30 segundos de las siguientes canciones y vuelve a explicar que el alumnado debe mover su cuerpo según se lo pida la música:

- Mandragora scream: Dark lantern
- Enya: Pájaro herido
- Inmortal: Blashyrkh
- Inmortal: All shall fall

Sentados en corro, el docente saca un papel y explica que Marciano se lo ha dado y lo lee:

“Lo habéis hecho muy bien, en esa música parecía que alguien estaba muy enfadado, ¿Verdad? Lleno de ira, ¿A qué sí? Mucha diferencia entre la canción tranquila y las demás, ¿Por qué? Gracias por visitarme, os podéis quedar en Marte todo el tiempo que queráis”.

El docente pide al alumnado que contesten las preguntas que ha expuesto Marciano. Después, añade estas:

- ¿A veces nos enfadamos entre nosotros en el patio verdad?
- ¿Es malo enfadarse?
- ¿Qué tenemos que hacer al enfadarnos? ¿Dejarnos llevar o controlar un poco esos impulsos de rabia que sentimos?
- ¿Y para relajarnos que debemos hacer? ¿Correr muy rápido de un lado a otro, pegar a alguien o respirar despacio para tranquilizarnos?

3ª actividad: Tras haber reflexionado en el tema, se hará una sesión de masaje en las manos por parejas con música. El docente irá guiando como masajear la mano del compañero y después cambiarán los roles. El alumnado aprenderá a respirar y a relajarse siguiendo las pautas del docente con intención de aprender a controlar los impulsos de ira.

Materiales:

- Email de Marciano de Marte (ver Anexo 1, apartado 8.1.3.)
- Pizarra virtual
- Canciones expresión corporal (ver Anexo 1, apartado 8.1.3.)
- Nota de Marciano de Marte (ver Anexo 1, apartado 8.1.3.)
- Música para relajación (ver Anexo 1, apartado 8.1.3.)

Evaluación:

El docente evaluará al alumnado a través de la observación teniendo en cuenta los siguientes puntos:

- Escucha las notas de Marciano y responde a las tareas a llevar a cabo.
Sí / No / En proceso
- Participa y responde a las preguntas.

Sí / No / En proceso

- Baila de manera activa siguiendo la intensidad de la música.

Sí / No / En proceso

- Controla su postura y su respiración en la tercera actividad.

Sí / No / En proceso

Emoción: Alegría

Planeta: Mercurio

Lugar: Salón de actos y aula

Objetivos:

- Mostrar una actitud positiva hacia las actividades.
- Buscar con actitud positiva las cosas de Mercurio
- Fomentar la capacidad de suposición.
- Entender el concepto de alegría.
- Representar cosas o situaciones que le produzca alegría.

Agrupamiento:

1ª actividad: en corro.

2ª actividad: primero trabajo individual y después de nuevo en corro.

3ª actividad: individualmente.

Explicación:

1ª actividad: El docente llegará al aula con una carta y se la leerá al alumnado tras decirles que la manda el planeta Mercurio. La carta dice lo siguiente:

“Hola terrícolas,

Yo soy Mercurio, el planeta más cercano al sol. A mí el sol me encanta, por eso estoy siempre lleno de alegría. Soy muy feliz con el sol y con las cosas que me producen alegría, pero últimamente he perdido algunas de esas cosas que me hacen sonreír y no las encuentro por ninguna parte. Me han dicho que encontráis cosas con gran facilidad. ¿Me ayudáis a encontrar las mías por favor?

Muchas gracias,

Mercurio”

El docente preguntará al alumnado si quiere ayudar a Mercurio, montarán en la nave espacial e irán a Mercurio (el salón de actos).

2ª actividad: Al llegar, el docente leerá una lista con las cosas que ha perdido Mercurio y que le hacen feliz. La lista es la siguiente:

- Una pelota
- Un cuento
- Una foto suya con otros planetas sonriendo
- Un dibujo mostrando a Mercurio y a Júpiter jugando
- Una caja llena de hojas de árboles secas

Tras encontrarlas todas, se colocará al grupo en corro y se preguntará al alumnado por qué esas cosas le producen alegría a Mercurio. Se le ayudará a redondear esas suposiciones con la siguiente información:

- Pelota: le da placer jugar con ella

- Cuento: le gusta leerlo con su familia
- Foto: sus amigos le hacen sonreír, disfrutar y pasárselo bien, sobre todo jugando.
- Dibujo: le da felicidad dibujar y ese dibujo es un regalo para Júpiter.
- Caja: la naturaleza le gusta y esas hojas le recuerdan el otoño, su estación preferida del año.

Una vez comentados todos los objetos, se preguntará al alumnado qué les aporta felicidad, qué les hace sonreír y disfrutar. Tras ese debate, se le explicará la siguiente actividad y se volverá a la Tierra (al aula).

3ª actividad: en papeles de tamaño dina 3, el alumnado representará cosas y/o situaciones que le aporten felicidad y alegría utilizando temperas.

Materiales:

- Carta de Mercurio (ver Anexo 1, apartado 8.1.4.)
- Pelota
- Cuento
- Una foto de Mercurio con otros planetas
- Dibujo con Mercurio y Júpiter jugando
- Caja llena de hojas de árboles secas
- Papeles dina 3
- Temperas
- Pinceles

Evaluación:

A través de la observación el docente evaluará los siguientes apartados:

- Muestra interés por la carta de Mercurio.
Sí / No / En proceso
- Busca los objetos de manera activa.
Sí / No / En proceso
- Expresa supuestas razones por las que los objetos producen felicidad.
Sí / No / En proceso
- Expresa cosas o situaciones que le produce alegría oralmente.
Sí / No / En proceso
- Expresa cosas o situaciones que le produce alegría a través del dibujo.
Sí / No / En proceso

A través del dibujo elaborado por el alumnado el docente evaluará si el dibujo responde a la tarea y éste expresa situaciones o cosas que producen alegría en el alumno.

Emoción: Desagrado

Planeta: Venus

Lugar: Aula

Objetivos:

- Mostrar una actitud positiva hacia las actividades.
- Entender el concepto de asco.

- Comprender que no es malo sentir asco.
- Comenzar a entender la diferencia entre sentir asco por las personas y los demás.

Agrupamiento:

1ª actividad: en corro.

2ª actividad: en corro.

Explicación:

1ª actividad: Hoy le haremos una visita a Venus porque ha comentado que tiene unas fotos que enseñarnos. Habrá dos tandas de fotos. Las primeras estarán relacionadas con comida y las segundas con animales. En esas fotos veremos diferentes cosas y comentaremos qué es lo que sentimos al verlas

Las fotos de la comida servirán de introducción para que empiecen a sentir el asco. En la pizarra virtual se mostrarán fotos de hígados crudos, lenguas de toro, zarpas de cerdo y pescados congelados.

En las de los animales, se mostrarán fotos de manera intercalada, como arañas, ciervos, escarabajos, caballos, lombrices... Al ponerlos de manera intercalada las reacciones serán más claras. En un momento dado, se pondrá una foto específica de la cara de un murciélago. Antes de llegar a esa foto se le hará la siguiente pregunta al alumnado:

- ¿Qué habéis sentido al ver esas fotos? ¿Os han gustado?

Probablemente, durante las fotos algunos niños habrán puesto cara de asco y puede que alguno mencione que ha sentido miedo. Seguiremos preguntando tras recibir las primeras respuestas:

- ¿Habéis sentido asco? ¿Qué es el asco?
- ¿Qué otras cosas os dan asco?

2ª actividad: Tras estos primeros comentarios, pondremos la foto del murciélago y preguntaremos si les produce desagrado. Tras oír sus respuestas, les leeremos una nota que nos ha mandado Venus. La nota dice lo siguiente:

“En mi planeta hay unos animales muy parecidos a los murciélagos. Tenemos un gran problema porque a los demás animales les produce asco verlos y, por eso, los animales parecidos a vuestros murciélagos se sienten muy solos. Es normal que a veces sintamos asco al ver algunas cosas, pero luego tenemos que entender también que uno se puede sentir muy mal si siente que produce asco en los demás. Una cosa es que nos den asco objetos y otras cosas, y otra, muy distinta, es decirle a alguien, como a un amigo, que nos da asco.”

Comentaremos la nota de Venus y haremos especial hincapié en que no está mal sentir asco, y también en la diferencia entre sentir asco natural por algunas cosas que al verlas nos producen desagrado, y sentir y mostrar ese asco por los demás.

Materiales:

- Pizarra virtual / ordenador y proyector
- Fotos de comidas (ver Anexo 1, apartado 8.1.5.)
- Fotos de animales (necesaria la foto del murciélago) (ver Anexo 1, apartado 8.1.5.)
- Nota de Venus (ver Anexo 1, apartado 8.1.5.)

Evaluación:

A través de la observación el docente evaluará los siguientes apartados:

- Está atento a las actividades.
Sí / No / En proceso
- Participa en los debates y escucha atentamente a sus compañeros.
Sí / No / En proceso
- Muestra interés por la nota de Venus.
Sí / No / En proceso
- Entiende el concepto de asco.
Sí / No / En proceso
- Empieza a entender que dependiendo de la situación hay que controlar la expresión del asco.
Sí / No / En proceso

Emoción: Tristeza
Planeta: Saturno
Lugar: Gimnasio
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Muestra interés por las actividades. • Expresa su opinión y escucha a los demás. • Comprende el concepto de tristeza. • Reflexiona acerca de qué es la tristeza. • Participa de forma activa en los juegos.
Agrupamiento: 1ª actividad: en corro y en la nave espacial 2ª actividad: en corro 3ª actividad: en grupo de pie 4ª actividad: en grupo
Explicación: <u>1ª actividad:</u> El docente comenta que el planeta Saturno le ha llamado por teléfono. El docente le explica al alumnado que Saturno está muy triste por qué nadie juega con él y le pregunta lo siguiente al alumnado: <ul style="list-style-type: none"> - ¿Alguna vez habéis estado tristes? - ¿Qué os pasa cuando estáis tristes? - ¿Necesitáis que alguien os consuele al estar tristes? ¿Quién lo hace? Tras esta introducción a la tristeza, el docente mostrará cuatro imágenes en las que el protagonista está triste. Las situaciones pueden ser las siguientes: <ul style="list-style-type: none"> - Una niña está llorando porque se le ha roto el balón. - Un niño está sentado con cara triste porque otro niño le ha quitado un caramelo. - Una niña está medio llorando mientras dice adiós a su abuela que se va en un tren. - Un niño con cara triste está pegando carteles de su perrito perdido. Una a una se irán comentando las situaciones con ayuda de las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué ha pasado para que esté triste?

- ¿Quién creéis que le ayudará para que ya no esté triste?
- ¿Es malo estar triste?

Tras la reflexión, el docente propondrá ir a Saturno para animarle. Cogerán la nave espacial e irán a Saturno (gimnasio).

2ª actividad: Al llegar a Saturno, el docente explicará que Saturno puede animarse si ve a muchos niños jugando en su planeta. A continuación, se jugarán dos juegos cooperativos para animar a Saturno y para fortalecer la confianza entre el alumnado.

3ª actividad: el primer juego cooperativo será “entre las piernas”. El objetivo es que el balón llegue al final de la fila. Colocaremos a toda la clase en una línea mirando todos hacia un punto, como si hiciéramos un tren. Los alumnos tendrán las piernas abiertas y se pasarán los unos a los otros el balón entre las piernas hasta llegar al final.

4ª actividad: el segundo juego cooperativo será “el paracaídas”. El objetivo es que el balón no toque el suelo. El alumnado se pondrá en círculo sujetando la tela grande y se echará el balón a la tela. El alumnado debe conseguir que el balón no se caiga de la tela moviéndola.

Materiales:

- Cuatro imágenes con situaciones tristes
- Un balón
- Una tela grande

Evaluación:

El docente evaluará al alumnado a través de la observación teniendo en cuenta los siguientes puntos:

- Participa y responde a las preguntas.
Sí / No / En proceso
- Expresa sus suposiciones e ideas acerca de las imágenes.
Sí / No / En proceso
- Juega cooperando con los demás.
Sí / No / En proceso

Emoción: Sorpresa

Planeta: Neptuno

Lugar: Patio

Objetivos:

- Participar de manera activa en las actividades.
- Poner en marcha su capacidad de asociación.
- Empezar a comprender el concepto de sorpresa
- Empezar a entender que la sorpresa puede dar pie a otras emociones como el miedo o la alegría.

Agrupamiento:

1ª actividad: en corro y en la nave espacial.

2ª actividad: en grupo.

3ª actividad: en grupo y la piñata por turnos individualmente.

4ª actividad: en corro.

Explicación:

1ª actividad: El docente comenta que ha llegado un nuevo email de un planeta y se lo lee al alumnado:

“Hola terrícolas,

¿Qué tal la visita a otros planetas? Necesito vuestra ayuda amigos. Soy un planeta un poco despistado y he perdido unos papeles que necesito. ¿Me ayudaríais a encontrarlos? Os lo agradecería mucho.

Os espero,

Neptuno”

El docente pregunta al alumnado si quiere ayudar a Neptuno y tras la respuesta se montarán en la nave espacial e irán a Neptuno (al patio).

2ª actividad: En el patio, el docente explicará que tienen que encontrar cuatro papeles para Neptuno. El docente les leerá la primera nota que viene de parte de Neptuno:

“El primer papel lo perdí cerca de unos cuadrados grandes a donde la gente chuta balones para conseguir puntos.”

El alumnado deberá adivinar que se refiere a las porterías. Una vez adivinado, irán y encontrarán un papel con unas líneas escritas. Este papel lo guardará el docente para la última actividad de este planeta.

Tras encontrar el primer papel, el docente leerá la siguiente nota de Neptuno para encontrar el segundo papel perdido:

“El segundo papel lo perdí en esa especie de cuesta por la que los niños se deslizan, sentados o tumbados.”

Una vez adivinado que se trata del tobogán, el alumnado irá y encontrará el segundo papel.

Para encontrar el tercer papel, la nota será la siguiente:

“El tercer papel lo perdí de vista un día que estaba jugando a meter balones en un aro.”

El alumnado acudirá a las canastas y encontrará el tercer papel. Se lo dará al docente y éste lo guardará.

El cuarto y último papel lo encontrarán a partir de la siguiente nota:

“No sé si fue ahí, pero creo que perdí el cuarto papel mientras me balanceaba en una silla con cadenas”.

Irán a los columpios y encontrarán el último papel. Una vez conseguidos los cuatro papeles, se pasará a la siguiente actividad. Cabe mencionar que las notas de posición variarán según las características físicas del patio de cada centro.

3ª actividad: El docente leerá la siguiente nota de parte de Neptuno:

“Muchas gracias amigos, por ahora los papeles los tiene vuestro profesor porque me ha dicho que los necesita. Luego me los dará a mí. Para agradecerlos, os he dejado una piñata para que rompáis llena de riquísimos caramelos. Gracias de verdad.”

Entonces, se irá al lugar donde esté colocada la piñata y, por turnos, el alumnado romperá la piñata golpeándola. Se recogerán los caramelos y el docente los guardará para repartirlos al final de la visita al planeta.

4ª actividad: El docente utilizará los cuatro papeles recolectados para reflexionar acerca de la sorpresa. En los cuatro papeles habrá situaciones diferentes en las que uno puede sentir sorpresa. Las situaciones son las siguientes:

- Un niño levanta la almohada de su cuarto y de repente ve una araña.
- Una niña llega a casa y se encuentra con su prima que ha venido de visita sin avisar.
- Un niño abre un regalo y se encuentra un juguete que no se esperaba y deseaba mucho.
- Una niña llega a casa y se encuentra con un perrito que ha traído la familia para cuidar en casa.

Una a una se irán comentando con el alumnado a través de las siguientes preguntas:

- ¿Qué creéis que siente el niño en esta primera situación? ¿Qué habrá sentido después de sentir sorpresa?
- ¿Y la niña en la segunda situación? ¿Sentirá alegría después de la sorpresa que le ha dado su prima?

Así se comentarán todas las situaciones y después se les preguntará que han sentido ellos al romperse la piñata y después de que se abriera. Después se repartirán los caramelos y se comerán tranquilamente.

Materiales:

- Pizarra virtual / ordenador y proyector
- Email de Neptuno (ver Anexo 1, apartado 8.1.6.)
- Las cuatro notas para llegar a los papeles perdidos (ver Anexo 1, apartado 8.1.6.)
- Nota de Neptuno (ver Anexo 1, apartado 8.1.6.)
- Los cuatro papeles perdidos (ver Anexo 1, apartado 8.1.6.)
- Una piñata
- Un palo para golpear la piñata

Evaluación:

A través de la observación el docente evaluará los siguientes apartados:

- Propone posibles lugares que respondan a las características de las notas.
Sí / No / En proceso
- Busca los papeles de forma activa.
Sí / No / En proceso
- Respeta los turnos en la piñata.
Sí / No / En proceso
- Participa de forma activa en el debate respondiendo a las preguntas y escuchando a los demás.
Sí / No / En proceso

Actividad de evaluación del tema

Lugar: Patio

Objetivos:

- Evaluar la comprensión de las seis emociones básicas como conceptos.
- Fomentar la capacidad de negociación del alumnado.

Agrupamiento:

1ª actividad: en corro y en la nave espacial.

2ª actividad: en parejas.

Explicación:

1ª actividad: El docente enseñará la imagen del Sistema Solar. Comentaré y recordará dialogando con el alumnado y a través de preguntas los siguientes apartados:

- Los planetas visitados y que emoción se trabajó en cada una.
- Las seis emociones básicas y una breve descripción de cada una.

Después explicará al alumnado la siguiente actividad a llevar a cabo.

2ª actividad: El docente colocará tres imágenes en la pizarra o en una pared. Cada imagen representará una situación en la que se exprese claramente una de las emociones básicas. El docente llamará al alumnado por parejas para que éstos cooperen entre ellos y negocien. Las parejas recibirán al llegar de nuevo las instrucciones de la actividad y también seis papeles. Cada uno de esos papeles representará una emoción básica a través de una cara gesticulando la emoción y con el nombre de la misma debajo. En todo momento, el alumnado podrá preguntar al docente que emoción representa la cara si no lo tienen claro. Las parejas tendrán que asociar la cara con las situaciones de la pizarra.

El docente observará e irá apuntando en un papel como actúa cada alumnado, tanto al asociar la imagen con la cara como al negociar con el compañero.

Materiales:

- Imagen del Sistema Solar (ver Anexo 1, apartado 8.1.1.)
- Pizarra / pared
- Seis situaciones representando las emociones básicas
- Seis fotografías con las emociones básicas (ver Anexo 1, apartado 8.1.1.)

Evaluación:

A través de la observación el docente evaluará los siguientes apartados:

- Recuerda las emociones trabajadas
Sí / No / Algunas
- Participa de forma activa en el debate respondiendo a las preguntas y escuchando a los demás.
Sí / No / En proceso
- Asocia la cara con la situación.
Sí / No / Algunas
- Negocia las decisiones con el compañero.
Sí / No / En proceso
- Respeta las opiniones del compañero.
Sí / No / En proceso

4.8. Evaluación de la propuesta:

A través de la observación directa del docente, se evaluará si se han conseguido los objetivos de esta propuesta educativa. La evaluación será continua y se dará durante toda

la propuesta educativa. Teniendo en cuenta que el proceso es largo y la posibilidad de que muchos aspectos importantes queden en el olvido, es recomendable ir cogiendo notas del desarrollo del alumnado. Se evaluará, por tanto, que el alumnado haya adquirido cierta capacidad para nombrar las seis emociones básicas cuando las sienta y comprender y respetar a los demás cuando las sientan también.

Durante toda la propuesta educativa, el alumnado interacciona con sus compañeros y en esas actividades el docente observará si cada alumno va adquiriendo más capacidad de negociación y de cooperación con sus compañeros. Será de gran ayuda la actividad de evaluación (ver 4.7, actividad de evaluación del tema), ya que en ella se puede evaluar si el alumnado recuerda los nombres de los planetas visitados, si observa y comprende en qué momentos puede uno sentir una de las emociones básicas y, al mismo tiempo, si ha mejorado su capacidad de negociación y cooperación hacia sus compañeros.

Esta actividad proporcionará una idea final de lo que ha adquirido el alumnado y los aspectos a profundizar de ahí en adelante. Cabe mencionar que cada alumno es diferente y es muy importante conocer las capacidades y limitaciones de cada uno, por lo que no es posible pedirle lo mismo a todo el alumnado. Hay que evaluar a cada alumno teniendo en cuenta su situación inicial, su proceso y su resultado final.

Por otro lado, con intención de conocer la opinión del alumnado acerca de las actividades, durante la propuesta educativa y al finalizar cada actividad de la misma, se hará un corto ejercicio para que el alumnado y el docente reflexionen acerca de su actitud y trabajo realizado. Por lo tanto, el docente también realizará el ejercicio. Al final de la visita a cada planeta, nos colocaremos todos en corro y el docente recordará lo hecho y lo que hay que evaluar. Entonces, se responderá a la pregunta de: ¿Me ha gustado lo que hemos hecho? Tras formular la pregunta, a la cuenta de tres el docente y alumnado se podrá colocar en una de las siguientes posiciones:

- Sentado: no me ha gustado.
- De pie: me ha gustado.
- Saltando: me ha gustado mucho.

Tras exponer el marco práctico, pasamos a detallar las conclusiones de este Trabajo de Fin de Grado.

5. CONCLUSIONES

Tras el análisis de la bibliografía y la justificación y explicación del marco práctico, podemos sacar varias conclusiones del trabajo realizado. En primer lugar, podemos concluir que se ha cumplido el objetivo general de este Trabajo de Fin de Grado, ya que se ha diseñado una propuesta educativa que desarrolla la dimensión emocional del alumnado de 4-5 años de edad a través de la comprensión y utilización de las seis emociones básicas. Por otro lado, uno de los objetivos específicos era facilitar a la comunidad educativa una propuesta que sirva de formación y mejora. Esta propuesta responde a ese objetivo, ya que su utilización sirve para conocer las seis emociones básicas y para la estimulación de la dimensión emocional a través de su uso. También hay que mencionar que se definió como objetivo específico que la propuesta utilizará diferentes espacios de la escuela y esta lo hace, ya que usa el aula, el patio, el gimnasio, etc.

Cabe mencionar, que al analizar la bibliografía se ha mostrado la relación que existe entre la educación emocional y el aprendizaje académico. Por lo que se ha cumplido uno de los objetivos específicos definidos al inicio de este Trabajo de Fin de Grado. En el marco teórico, también se ha explicado la importancia de la educación emocional en la etapa de Educación Infantil, por lo que se ha conseguido el último de los objetivos específicos.

Más allá de los objetivos, tras el estudio de la información teórica acerca de la dimensión emocional y la educación de la misma, podemos concluir que la educación de la dimensión emocional repercute en todos los demás aspectos de la persona y que su educación es necesaria para el desarrollo integral del alumnado.

De la bibliografía estudiada, también concluimos que la realidad educativa actual quiere educar la dimensión emocional, y que muchas entidades gubernamentales, como la LEY ORGÁNICA 2/2006, de 3 de mayo, de Educación o la Unesco (2007), han subrayado su importancia; pero en la práctica no se educa. Sí que es cierto, que se han creado diferentes propuestas de intervención educativa, como ya hemos explicado anteriormente, pero en este caso se ha creado una para el alumnado de 4-5 años. De esta manera, se ha diseñado una propuesta educativa específica y que ha recogido los principales hallazgos de otras propuestas, tales como el uso de un eje temático.

Por otro lado, a la hora de implementar esta propuesta de intervención educativa en la práctica, es imprescindible que el docente se forme en el ámbito de la educación emocional, pues solo de esta manera sabrá cómo educar al alumnado para que éste

desarrolle su dimensión emocional. No es posible llevar a cabo una correcta puesta en práctica de esta propuesta si el docente no se ha formado en el tema de las emociones anteriormente.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, es necesario que le demos la importancia que se merece al desarrollo de la dimensión emocional del alumnado y de que los centros educativos sientan imprescindible la fomentación de una educación emocional para el desarrollo integral de las personas. Es necesaria la creación de propuestas educativas como esta para las escuelas y para la correcta educación de las emociones. Y, a su vez, es imprescindible que las comunidades educativas presten atención a este tipo de propuestas y las implementen en su día a día escolar.

Cabe mencionar que esta propuesta de intervención educativa es una propuesta más, entre las necesarias, para el desarrollo de la dimensión emocional a lo largo de la trayectoria escolar. No debemos pensar que con la puesta en práctica de esta propuesta el alumnado ya desarrollará el aspecto emocional en su totalidad, sino que es una parada más en el constante recorrido de la educación emocional.

6. LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

El presente trabajo presenta varias limitaciones, como la extensa bibliografía sobre la educación emocional. A pesar de ello, en el trabajo se han recogido gran cantidad de fuentes relevantes de esta temática en la etapa de Educación Infantil. Por otro lado, la más reseñable de las limitaciones ha sido el tiempo. Aun así, se le ha sacado el máximo partido para trabajar de manera adecuada y sacar adelante el trabajo. Por otro lado, el hecho de no haber tenido la oportunidad de poner en práctica esta propuesta educativa ha limitado poder evaluar su efectividad en la realidad escolar de hoy en día. No obstante, está diseñada de un modo pormenorizado para que pueda ser llevada a cabo por cualquier maestro de Educación Infantil.

De cara al futuro, hay diferentes líneas de investigación que se podrían seguir. En relación con la última limitación mencionada, el siguiente paso a partir de este trabajo sería poner en práctica la propuesta de intervención educativa y ver qué resultados se obtendrían de su uso y, en caso de que hubiera alguna carencia, qué mejoras habría que hacer. Sin ninguna duda, es imprescindible saber si esta propuesta es eficaz y en caso de serlo, que se utilice como herramienta para toda la comunidad educativa y poder así trabajar la dimensión emocional en el alumnado de 4-5 años de edad.

Otra posible línea de investigación sería adaptar esta propuesta educativa para que sea utilizada en otros cursos de Educación Infantil o para la etapa de Educación Primaria. Por otro lado, el presente trabajo podría ser el punto de partida de la formación de los profesionales de la Educación Infantil en el ámbito de la educación emocional.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abarca, M. (2003). *La educación emocional en la educación primaria: currículo y práctica* (Tesis Doctoral). Universidad de Barcelona, Barcelona
- Aranjo, M.E. (2013). Estrategias didácticas para el desarrollo de la inteligencia emocional. *Revista Academia*, 27, 219-222. Recuperado el 09 de mayo de 2015, de <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/38650/1/articulo1.pdf>
- Ardanaz, T. (2009). La psicomotricidad en Educación Infantil. *Innovación y Experiencias Educativas*, 16, 3. Recuperado el 19 de abril de 2015, de http://bcnslp.edu.mx/antologias-rieb-2012/primaria-i- semestre/DFyS/Materiales/Unidad%20A%203_DFySpreesco/RecursosExtra/DesarrolloPsicomotor/PsicomotricidadEduInfantil.pdf
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21, 12-13. Recuperado el 17 de abril de 2015, de http://jordandesajonia.edu.co/site/images/stories/colegio/fasfoper/2014/infantil/manejo_de_emociones/inteligencia.pdf
- Bisquerra, R. (2006). Orientación psicopedagógica y Educación Emocional. *Revista Estudios sobre educación*, 11, 9-18. Recuperado el 12 de marzo de 2015, de <http://www.ub.edu/grop/catala/wp-content/uploads/2014/03/Orientaci%C3%B3n-psicopedag%C3%B3gica-y-educaci%C3%B3n-emocional.pdf>
- Bisquerra, R. (2012). *Orientación, tutoría y educación emocional*. Madrid: Síntesis
- Callejo, J. (2013). *La encuesta de empleo del tiempo: una fuente para el estudio de las dietas comunicativas*. Facultad de Ciencias Sociales, Jurídicas y de la Comunicación. Universidad de Valladolid.
- Cascón, P. (2006). *Educación emocional y violencia contra la mujer*. Estrategias para el aula. Madrid: Catarata
- Causa, E. y Sosa, A. (2007). *La computación afectiva y el arte interactivo*. Proyecto Biopus. Buenos Aires. Recuperado el 8 de abril de 2015, de http://www.biopus.com.ar/eng/txt/textos/Computacion_Afectiva_Y_Arte_Interactivo-Emiliano_Causa-Andrea_Sosa.pdf

- Chacón, P. (2008). *El juego didáctico como estrategia de enseñanza y aprendizaje ¿Cómo crearlo en el aula?*. Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Caracas.
- Collell, J. y Escudé, C. (2003). L'educació emocional. *Revista dels mestres de la Garrotxa*, 37, 8-10. Recuperado el 11 de marzo de 2015, de <http://www.xtec.cat/~jcollell/ZAP%20Trac.pdf>
- De Andrés, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. *Tendencias Pedagógica*, 10, 109-115. Recuperado el 1 de abril de 2015, de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1407971>
- Fernández-Berrocal y P. y Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29, 1-6. Recuperado el 1 de marzo de 2015, de https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4980/iegfernandez6.pdf
- Grewal, D. y Salovey, P. (2006). Inteligencia emocional. *Mente y Cerebro*, 16, 10-13. <http://www.investigacionyciencia.es/revistas/mente-y-cerebro/numeros/2006/1/inteligencia-emocional-4175>
- León, E. (2014). El asco una emoción entre naturaleza y cultura. *Revista de filosofía de Costa Rica*, 23, 10-12. Recuperado el 18 de abril de 2015, de <http://www.aacademica.com/eduardo.a.leon/2.pdf>
- LEY ORGÁNICA 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín Oficial del Estado. Recuperado de <http://www.boe.es/boe/dias/2006/05/04/pdfs/A17158-17207.pdf>
- Loeches, Á., Carvajal, F., Serrano, J. y Fernández, S. (2004). Neuropsicología de la percepción y la expresión facial de emociones: estudios con niños y primates no humanos. *Anales de Psicología*, 20, 242. Recuperado el 18 de abril de 2015, de <https://digitum.um.es/xmlui/handle/10201/8034>
- López, E (2003) *Educación emocional: Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis
- López, É. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3),156-163. Recuperado el 1 de abril de 2015, de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2126770>
- Martínez-Otero, M. (2002). Reflexiones psicopedagógicas sobre la inteligencia. *Revista Pulso*, 25, 77- 83. Recuperado el 1 de marzo de 2015, de <http://revistapulso.cardenalcisneros.es/documentos/articulos/24.pdf>
- Molero, C., Saiz, E. y Esteban, C. (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30, 15. Recuperado el 11 de marzo de 2015, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80530101>

Páez, D. y Vergara, A. (1992). Conocimiento social de las emociones. *Cognitiva*, 4, 40. Recuperado el 18 de abril de 2015, de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=122590>

Real Academia Española (2014). *Diccionario de la lengua española* (23ª edición). Madrid: Autor

Sanz García, L. (2012). *Las emociones en el aula*. Universidad de Valladolid, Valladolid.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). (2007). *Kronberg Declaration on the Future of Knowledge Acquisition and sharing*, 3. Recuperado el 13 de marzo de 2015, de http://www.unesco.de/fileadmin/medien/Dokumente/Kommunikation/Declaration_fuer_Website.pdf

Zerpa, C. (2009). Sistemas Emocionales y la Tradición Evolucionaria en Psicología. *Summa Psicológica UST*, 6, 114. Recuperado el 18 de abril de 2015, de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3020386>

8. ANEXOS

8.1. ANEXO 1

A continuación, se detallarán los materiales de las actividades de la propuesta de intervención educativa.

8.1.1. Materiales de la actividad de introducción y evaluación del tema:

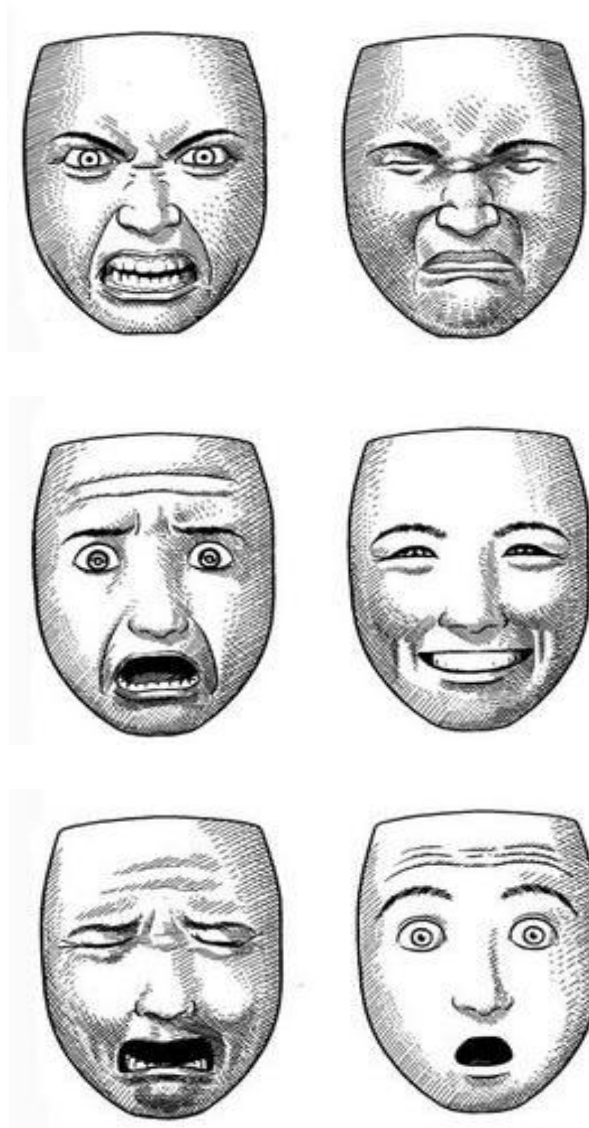


Figura 1: Emociones básicas

Fuente: <http://www.sinideas.net/showthread.php?67-%DAltimos-comics-comprados-leidos/page115>

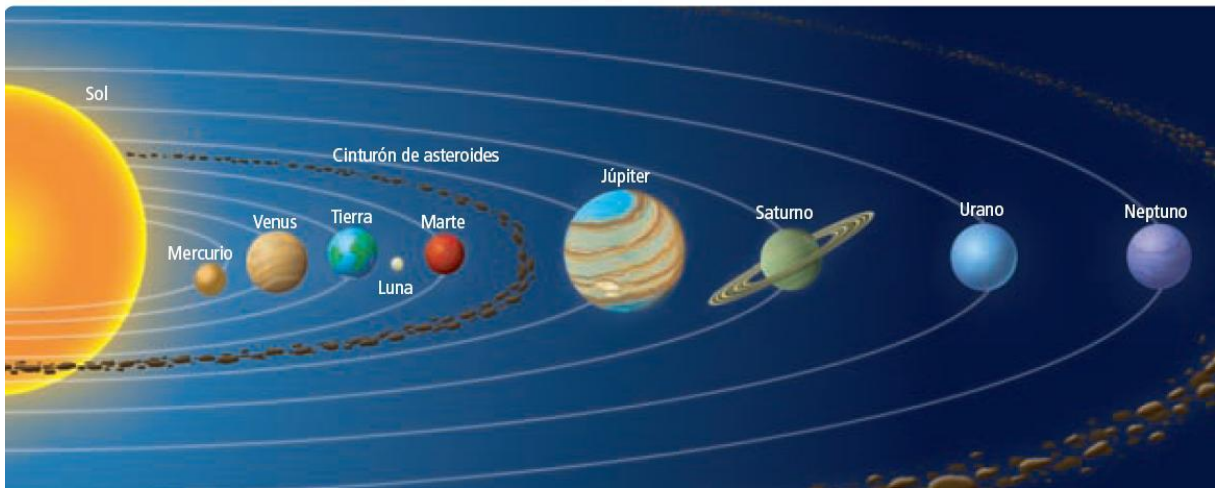


Figura 2: Imagen del sistema solar

Fuente: <http://socialextocolrosarioespinal.blogspot.com.es/2015/02/el-sistema-solar.html>

8.1.2. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con el miedo:

Nota de Júpiter:

Yo también he tenido algunas veces miedo. Antes, tenía miedo de los monstruos de debajo de mi cama o del armario. Gracias a este cuento empecé a superar mis miedos. Por eso, quiero que lo leáis y me contéis como os sentís.

8.1.3. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con la ira:

Email de Marciano de Marte:

De:	Marciano de Marte
	Queridos terrestres: Estoy muy muy muy enfadado. Tanto que el planeta donde vivo se ha vuelto rojo de la ira que llevo dentro. Hace tanto tiempo que nadie viene a jugar conmigo que me he enfadado con todo el mundo. Yo solo quiero jugar y pasármelo bien, pero aquí estoy solo, y estar solo me enfada mucho. ¿Por qué no venís a visitarme? He oído que habéis estado en otros planetas también.

Os espero,

Marciano de Marte

Canciones expresión corporal:

Mandragora scream – dark lantern:

<https://www.youtube.com/watch?v=C4O8RcVu8jg>

Enya – pájaro herido: <https://www.youtube.com/watch?v=23jvUDiVhMs> Inmortal –

Blashyrkh: <https://www.youtube.com/watch?v=9aZcgMmxHxw> Inmortal: all shall fall:

<https://www.youtube.com/watch?v=PFYmdniL9eM>

Nota de Marciano de Marte:

Lo habéis hecho muy bien, en esa música parecía que alguien estaba muy enfadado, ¿Verdad? Lleno de ira, ¿A qué sí? Mucha diferencia entre la canción tranquila y las demás, ¿Por qué? Gracias por visitarme, os podéis quedar en Marte todo el tiempo que queráis.

Música relajación:

3 horas de música de relajación: <https://www.youtube.com/watch?v=NJuePWgKrWs>

8.1.4. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con la alegría:

Nota de Mercurio:

Hola terrícolas,

Yo soy Mercurio, el planeta más cercano al sol. A mí el sol me encanta, por eso estoy siempre lleno de alegría. Soy muy feliz con el sol y con las cosas que me producen alegría, pero últimamente he perdido algunas de esas cosas que me hacen sonreír y no las encuentro por ninguna parte. Me han dicho que encontráis cosas con gran facilidad. ¿Me ayudáis a encontrar las mías por favor?

Muchas gracias,

Mercurio

8.1.5. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con el desagrado:



Figura 3: Fotos de comidas

Fuente: <http://www.springsteencorner.com/foro/viewtopic.php?f=5&t=52895&p=697932>



Figura 4: Fotos de comidas

Fuente: <http://wse3as1rg475.pintto.com/utfn2>



Figura 5: Fotos de comidas

Fuente: <http://www.forocoches.com/foro/showthread.php?t=4282116&page=6>



Figura 6: Fotos de comidas

Fuente: <http://ileytecnicas.tripod.com/id12.html>



Figura 7: Fotos de animales

Fuente: <http://www.taringa.net/posts/imagenes/4445667/Animales-escondidos.html>



Figura 8: Fotos de animales

Fuente: <http://footage.framepool.com/es/shot/100563377-cadena-alimenticia-asco-tierra-hawai-isla>



Figura 9: Fotos de animales

Fuente: <http://nationalgeographic.es/animales/mamiferos/murcielago-vampiro-comun>



Figura 10: Fotos de animales

Fuente:

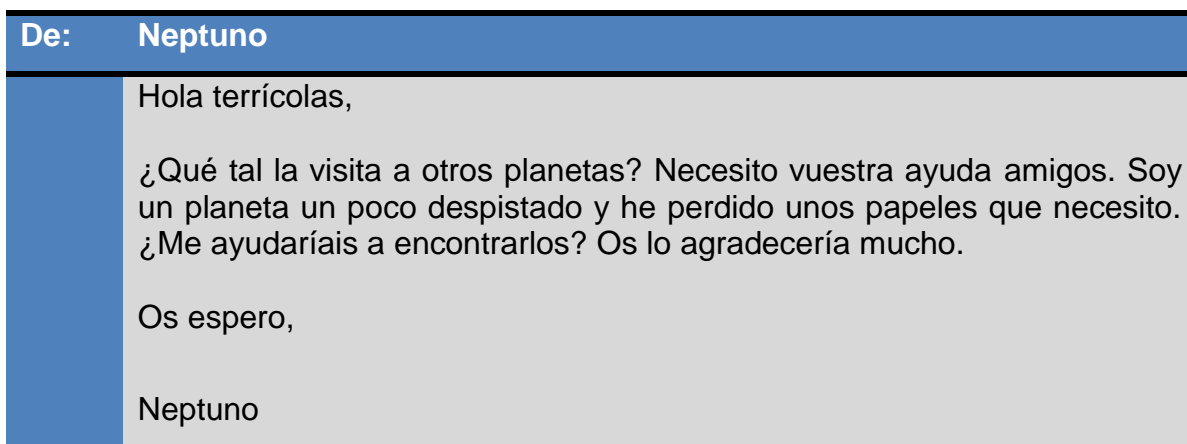
http://www.valencia.es/ayuntamiento/Sanidad.nsf/vDocumentosTituloAux/D4815F129DF2BB60C12575DA00431C97?OpenDocument&bdOrigen=ayuntamiento%2FSanidad.nsf&idapoyo=&lang=1&nivel=5_1

Nota de Venus:

En mi planeta hay unos animales muy parecidos a los murciélagos. Tenemos un gran problema porque a los demás animales les produce asco verlos y, por eso, los animales parecidos a vuestros murciélagos se sienten muy solos. Es normal que a veces sintamos asco al ver algunas cosas, pero luego tenemos que entender también que uno se puede sentir muy mal si siente que produce asco en los demás. Una cosa es que nos den asco objetos y otras cosas, y otra, muy distinta, es decirle a alguien, como a un amigo, que nos da asco.

8.1.6. Materiales para trabajar las actividades relacionadas con la sorpresa:

Email de Neptuno:



Las cuatro notas para llegar a los papeles perdidos:

El primer papel lo perdí cerca de unos cuadrados grandes a donde la gente chuta balones para conseguir puntos.

El segundo papel lo perdí en esa especie de cuesta por la que los niños se deslizan, sentados o tumbados.

El tercer papel lo perdí de vista un día que estaba jugando a meter balones en un aro.

No sé si fue ahí, pero creo que perdí el cuarto papel mientras me balanceaba en una silla con cadenas.

Nota de Neptuno:

Muchas gracias amigos, por ahora los papeles los tiene vuestro profesor porque me ha dicho que los necesita. Luego me los dará a mí. Para agradecerlos, os he dejado una piñata para que rompáis llena de riquísimos caramelos. Gracias de verdad.

Los cuatro papeles perdidos:

Un niño levanta la almohada de su cuarto y de repente ve una araña.

Una niña llega a casa y se encuentra con su prima que ha venido de visita sin avisar.

Un niño abre un regalo y se encuentra un juguete que no se esperaba y deseaba mucho.

Una niña llega a casa y se encuentra con un perrito que ha traído la familia para cuidar en casa.