



**TRABAJO DE FIN DE GRADO
DE MAESTRO EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

**LAS EMOCIONES QUE SE GENERAN EN PRIMARIA
DURANTE
LA PRÁCTICA DE LOS JUEGOS DEPORTIVOS**

SUCAINA EL FOUNTI AABID
alu0101114521@ull.edu.es

Tutora: MARÍA JESÚS CUÉLLAR MORENO
mcuellar@ull.edu.es

CURSO ACADÉMICO: 2020/2021

CONVOCATORIA: JUNIO

Agradecimientos

A mi tutora de prácticas por guiarme durante todo este periodo, por facilitarme bastante la realización de mi trabajo y mostrar implicación y dedicación en el momento de resolver dudas y realizar las diferentes correcciones. Pero, sobre todo por la paciencia que ha tenido conmigo y darme ánimos para poder continuar de la mejor manera posible hasta finalizarlo.

Resumen:

Desde hace tiempo la educación emocional se ha ido introduciendo poco a poco en las escuelas. Hoy en día son muchos los centros que la imparten en su proyecto educativo para que el profesorado la pueda facilitar día a día en sus aulas.

Sin embargo, las condiciones en las que se están desarrollando las clases en los centros educativos no son las frecuentes, debido a la desinfección de manos y de las superficies que se tocan, las distancias de seguridad, reducir la interacción entre el alumnado y tener que seguir impartiendo una programación didáctica. Todo esto hace que la educación emocional se convierta en un aspecto secundario.

En estos tiempos más que nunca, tras haber vivido la pandemia mundial Covid-19, es importante que el alumnado entienda cómo se siente y aprenda a gestionar sus emociones y sentimientos.

A partir de esto surge el siguiente trabajo, que pretende mediante el análisis de la inteligencia emocional y su relación con el deporte escolar, el desarrollo de una propuesta didáctica a través del área de Educación Física, relacionando todos sus aspectos curriculares con los contenidos emocionales necesarios para favorecer en el alumnado su desarrollo integral, así como las habilidades para mejorar sus relaciones sociales; construyendo así una identidad y siendo seguro de sí mismo, puesto que será consciente de lo que siente en determinados momentos de su vida.

Abstract:

Emotional education has been gradually introduced into schools for a long time. Today there are many centres that teach it in their educational project so that teachers can make it easier day by day in their classrooms.

However, the conditions in which classes are developing in educational centres are not frequent, due to the disinfection of the hands and surfaces that are touched, the safety distances, reducing the interaction between students and having to continue to provide didactic programming. All this makes emotional education a secondary aspect.

In these times more than ever, after having lived through the Covid-19 global pandemic, it is important for students to understand how they feel and learn how to manage their emotions and feelings.

From this arises the following work, which aims, through the analysis of emotional intelligence and its relationship with school sport, to develop a didactic proposal through the area of Physical Education, relating all its curricular aspects to the emotional contents necessary to favour in students their integral development, as well as the skills to improve their social relations; this building an identity and being self-confident, since you will be aware of what you feel at certain times in your life.

Palabras clave:

Emociones, sentimientos, Inteligencia emocional, Educación Física, expresión corporal, juegos deportivos, comunicación.

Key Words:

Emotions, feelings, Emotional intelligence, Physical education, body expression, sports games, communication.

ÍNDICE

1. Datos de investigación del proyecto.....	5
2. Justificación.....	6
3. Objetivos del proyecto.....	8
4. Metodología propuesta de actuación.....	10
5. Propuesta de evaluación del proyecto.....	22
6. Presupuesto.....	24
7. Referencias bibliográficas.....	26
8. Anexos.....	27

1. DATOS DE INVESTIGACIÓN DEL PROYECTO

El presente TFG se corresponde con la elaboración de un proyecto educativo centrado en las emociones del alumnado de Educación Primaria, donde el objetivo principal es formar a personas más sanas emocionalmente y, por lo tanto, más felices.

Este, consistirá en la creación de una programación didáctica destinada al alumnado de Educación Primaria del CEIP Agüere ubicado en la zona norte de la isla de Tenerife, en el municipio de San Cristóbal de La Laguna. Este se encuentra cerca del Casco Histórico, en la calle Henry Dunant, entre la Plaza San Juan y la urbanización del polígono Padre Anchieta. Este municipio cuenta con numerosos centros educativos de enseñanza infantil y primaria, tanto públicos como privados.

Según el Instituto Canario de Estadística (ISTAC) la actividad económica principal del municipio de La Laguna siempre ha sido la agricultura, ya que es uno de los municipios que posee mayores tierras destinadas al cultivo. No obstante, con el paso del tiempo, se ha reducido el porcentaje de población que se dedica a este sector. Asimismo, la tasa de población activa corresponde a un 57,43% y la de paro a un 25,22%.

Entorno al CEIP Agüere existe gran variedad de Centros educativos, concretamente 15 que se encuentran dispuestos alrededor del casco histórico de San Cristóbal de La Laguna. Estos centros se dividen en: públicos, concertados y privados. De los totales 3 son privados, 6 concertados y 6 públicos. Con esto, podemos intuir que el nivel económico es diverso, puesto que se oferta en la misma cantidad centros concertados que requieren de un mayor nivel adquisitivo y centros públicos como el Agüere al que acceden los estudiantes con un nivel económico más variopinto. Asimismo, según el censo de 1999 (ISTAC) en la actualidad. La Laguna cuenta con 158911 habitantes aproximadamente. En general, el nivel socioeconómico del alumnado del Centro y sus familias es medio, ya que se dedican mayoritariamente al sector de servicios. No obstante, también hay familias de clase media - alta con un nivel de estudios cuyas ocupaciones son gerentes de empresas, directores, pequeños propietarios, etc. Sin embargo, la zona donde se ubica el Centro es conocida en San Cristóbal de La Laguna por ser un poco conflictiva, aunque la mayoría de las personas que residen en este complejo de viviendas son personas mayores.

Este colegio cuenta con un total de 138 estudiantes matriculados entre Educación Infantil y Educación Primaria. Por lo general, existe alumnado con diversas necesidades educativas especiales (NEE) como Espectro Autista (TEA), Síndrome de Down, Trastorno Grave de Conducta (TGC) entre otras que, la mayoría de los casos, se encuentran en el Aula Enclave.

De esta manera, la programación didáctica que llevaremos a cabo, está pensada fundamentalmente al alumnado del Segundo Ciclo de Educación Primaria, concretamente a 4º de Educación Primaria, donde se encuentran 6 niñas y 7 niños entre 9 y 10 años, donde se trabajarán las emociones que se generan durante la práctica de los juegos deportivos. Se trata de un grupo muy heterogéneo, pero donde el alumnado en general desprende mucha energía e implicación. Contamos con tres estudiantes extranjeros, un niño procedente de Marruecos y dos niños de Chile y Argentina pero que dominan el idioma, por lo tanto, no necesitan ningún tipo de adaptación curricular, pero si procede, contarán con la ayuda de sus compañeros y del docente.

Sin embargo, como nos encontramos en una pandemia mundial debido al Covid-19, no podremos llevarla a cabo en la escuela.

En este trabajo se realiza una justificación sobre la inteligencia emocional así como su relación con el deporte escolar. En segundo lugar tratamos los objetivos que pretendemos conseguir con el proyecto así como su relación con los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje. Seguidamente, comentamos la metodología que se llevará a cabo en esta propuesta en donde además abordaremos su temporalización y la interdisciplinariedad con otras áreas. Tras esto nos centraremos en las unidades didácticas que se llevarán a cabo durante el proyecto, su propuesta de evaluación y el presupuesto del mismo. Y, para finalizar, se indican las referencias bibliográficas empleadas y anexos.

2. JUSTIFICACIÓN

Las emociones son parte importante de nuestra vida, tanto en los niños como en los adultos. El motivo de elección de mi tema es debido a que en mi experiencia como deportista experimenté diferentes emociones, tanto si se trataba de un entrenamiento como de una competición y a veces no sabía reconocerlas ni gestionarlas. Tanto en mi vida como deportista como en mi periodo de prácticas, he podido observar que los niños con más inteligencia emocional son los que consiguen mejores resultados. Por ello, he querido llevar a cabo una propuesta de mejora para reconocer y manejar de forma eficaz las emociones que se sienten en la práctica deportiva en Educación Primaria.

2.1 ¿Qué es la Inteligencia emocional?

El término inteligencia emocional fue utilizado por primera vez por Salovey y Mayer (1990) pero no fue hasta 1995 cuando Goleman recoge este concepto e impulsa su difusión con una obra de gran impacto, *Emotional Intelligence*. El gran teórico de la Inteligencia emocional, el psicólogo Estadounidense Daniel Goleman (1995, p.30) entiende la emoción como “un sentimiento que afecta a los propios pensamientos, estados psicológicos, estados biológicos y voluntad de acción”. Las habilidades que componen la IE son (Goleman, 1995):

1. Conocimiento de las propias emociones.
2. Capacidad para motivarse a sí mismo.
3. Capacidad para controlar las emociones.
4. Capacidad para reconocer las emociones ajenas.
5. Control de las relaciones interpersonales.

Asimismo, Bisquerra (2000), define la educación emocional como un proceso educativo continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos elementos esenciales para el desarrollo de la personalidad integral.

Numerosos estudios han reflejado que los jóvenes que poseen habilidades sociales y emocionales son más felices, tienen más confianza en sí mismos y son más competentes como estudiantes, miembros familiares, amigos y trabajadores (Shapiro, 1997).

2.2 ¿Qué relación guardan las emociones y el deporte escolar?

Cualquier juego deportivo forma parte de un auténtico laboratorio de reacciones emocionales (Parlebas, 2001; Lagardera, 1999), que hace que cada niño viva de manera distinta una sesión de educación física, un entrenamiento o un partido de campeonato. Conocerse así mismo, ser capaz de autorregular nuestras emociones, la automotivación, las habilidades sociales y la empatía son herramientas que todo deportista debe controlar en mayor o menor extensión, ya sea consciente o inconscientemente.

Por otro lado, algunos autores han indicado una relación entre el ejercicio físico y el estado emocional (Thayer, 2003) y han podido reconocer más precisamente las fuentes de estrés en el alumnado a través de las clases de Educación Física (EF) (Tjeerdsma, 2007).

Además, debemos de hacer especial hincapié en la situación COVID-19 que estamos viviendo, ya que esta ha afectado en el rendimiento físico del alumnado y ha podido provocar inseguridad, desconfianza, temores a la enfermedad, etc. Lograr la estabilidad emocional es una habilidad para mantenerse estable y equilibrado y experimentar emociones positivas fácilmente (Fletcher y Sarkar, 2012).

3. OBJETIVOS DEL PROYECTO.

Después de analizar el Decreto 89/2014, de 1 de agosto por el que se establece la ordenación y el currículo rollo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias, podemos relacionar nuestra propuesta didáctica y los objetivos que pretendemos perseguir con ella con los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje. Tenemos en cuenta que va dirigida a 4º de Educación Primaria, por lo tanto, nos centramos en los aspectos que hacen referencia a esta etapa educativa.

Entre los criterios de evaluación que presenta el área de Educación Física, podemos encontrar relación directa con el criterio 3,5 y 6.

En la tabla 1 aparece reflejada la relación de la unidad didáctica con los objetivos, contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

Tabla 1. Objetivos, contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.

Bloque 1. REALIDAD CORPORAL Y CONDUCTA MOTRIZ

Objetivos	Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
Conocer la importancia de las emociones y sentimientos propios	Uso y disfrute del cuerpo, del gesto y del movimiento como instrumentos de expresión y comunicación corporal.	3. Aplicar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones, emociones e ideas	7. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo

y del resto de los compañeros.		de forma espontánea, creativa y estética, así como para seguir y crear estructuras rítmicas.	individualmente, en parejas o en grupos.
Desarrollar la capacidad de reconocer, comprender y expresar los propios sentimientos y emociones.	Aplicación del gesto y del movimiento corporal en dramatizaciones.	5. Realizar la actividad física incorporando los hábitos preventivos y relacionar sus efectos sobre la salud y el bienestar.	23. Identifica su frecuencia cardíaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.
Expresar sentimientos y emociones de manera adecuada a través del lenguaje verbal y no verbal.	Aplicación de hábitos en el uso correcto de materiales y espacios para la prevención de accidentes en la actividad física.	6. Ajustar sus elementos orgánico-funcionales a las exigencias de situaciones físico-motrices de diversa complejidad para regular su esfuerzo en las tareas motrices y mejorar sus posibilidades motrices.	26. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y las niñas.
Desarrollar una disposición adecuada para controlar los impulsos emocionales (regulación emocional).	Esfuerzo personal para la mejora de sus posibilidades y la superación de sus limitaciones.		43. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.
Fomentar el	Adaptación de los elementos		

optimismo y el pensamiento positivo.	orgánico-funcionales relacionados con el movimiento; respiración (inspiración-espiron) tono (tensión y laxitud muscular), relajación (global y segmentaria).
	Conciencia postural respecto a ejes, planos y disposición de segmentos.
	Aceptación del esfuerzo personal para la mejora de sus posibilidades y la superación de sus limitaciones en la realización de juegos y tareas motrices.

Fuente: elaboración propia a partir del *Decreto 89/2014, de 1 de agosto, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias.*

4. METODOLOGÍA PROPUESTA DE ACTUACIÓN

4.1 Metodología.

Para la puesta en práctica de nuestro proyecto profesionalizador, llevaremos a cabo una metodología de experimentación, donde el estudiante es el protagonista de su desarrollo emocional.

Villa y Cardo (2009) señalan que los profesores deben crear un ambiente en el que los niños hallen el placer por aprender en un contexto educativo en el que puedan desarrollen al máximo cada una de sus capacidades. Para que el alumnado posea un gran desarrollo es

fundamental que aprenda a través de experiencias cercanas a él y a su vida cotidiana como actividades de acción, juegos, experimentos, etc. Esto le facilitará la construcción de su conocimiento.

A través de esta metodología el estudiante puede aprender de manera lúdica, pues esa es la mejor manera para hacerlo en edades tempranas. Asimismo, los estudiantes trabajan de manera activa y se sienten satisfechos con lo que están haciendo, por lo tanto, fomentamos el deseo de seguir descubriendo. Las actividades se llevarán a cabo en gran medida de forma grupal.

Lo que pretendemos con esta metodología activa es motivar al alumnado para que participe en la mayor medida posible, que sea el mismo el que reelabore su conocimiento, y de esta manera, conseguir que su proceso de enseñanza- aprendizaje sea lo más efectivo posible y se cumplan los objetivos planteados.

En cuanto a la técnica de enseñanza, llevaremos a cabo el uso de la indagación en donde el alumnado será el que busque y descubra, construyendo de esta manera su propio conocimiento. De esta manera, el estilo de enseñanza al que nos ceñimos será la resolución de problemas, y esto se debe a que el propio alumnado será el que encuentre las soluciones a los problemas que le plantea el docente. El estudiante es el protagonista del proceso de enseñanza-aprendizaje de esta unidad.

Asimismo, tendremos en cuenta y atenderemos cualquier tipo de necesidad o atención especializada que se encuentre en el aula ya que queremos mirar por el bienestar y desarrollo de los estudiantes, por lo que se adaptará cualquier contenido a su ritmo de aprendizaje, desarrollo o experiencia.

Uno de los propósitos que pretendemos cumplir al llevar a cabo esta unidad es la cooperación del alumnado. Por lo tanto, las agrupaciones que se llevarán a cabo en la clase será en pequeños grupos y gran grupo en la mayoría de las actividades, aunque habrá algunas que también se realicen individualmente. Los agrupamientos serán flexibles y heterogéneos, es decir, intentamos que cada uno de los estudiantes mantenga relaciones sociales con el resto de los compañeros y evitaremos coincidir alumnado que siempre está juntos para fomentar la comunicación entre otros, así como potenciar la posibilidad de compartir y realizar actividades simultáneamente. Asimismo, los pequeños que se hacen dependen además del material con el que contamos para llevar a cabo las diferentes sesiones. Además, utilizaremos el gran grupo en el comienzo de las sesiones para dar las explicaciones generales, las explicaciones de las actividades o la puesta en común de las mismas.

Por otro lado, el docente en la puesta en marcha de la unidad, mantendrá una posición interna dentro del grupo, puesto que en la ejecución observará y dará el conocimiento de los resultados al alumnado. También ejecutará feedbacks concurrentes y positivos, con el fin de que su proceso de aprendizaje sea más significativo puesto que, se corrigen los errores y falsas creencias del alumnado en el momento en el que se produce la duda o el error y se ejecuta de manera rápida. Los feedbacks se llevarán a cabo tanto de manera individual como de manera masiva si es necesario, y la forma de expresarlo será auditiva y visual, ya que se ejecutará en el momento de la práctica. Emplearemos para ello, la estrategia discursiva. El docente es el guía de la construcción de conocimiento de los estudiantes hacia el aprendizaje de las emociones, y de esta manera avanzan progresivamente hasta comprender y dominar el tema (emociones, empatía, expresarse, etc.).

En cada una de las sesiones utilizaremos diferentes materiales puesto que queremos que las sesiones sean lo más lúdicas y entretenidas posibles. Entre ellos, destacan las colchonetas, vendas, pelotas de tenis, baloncesto y fútbol, pelotas de goma espuma, petos de colores, folios, cartulinas, colores, legos gigantes, música, imágenes de emociones, cuentos de emociones, etc. En la tabla 2 se indica el desarrollo de las sesiones que se llevarán a cabo en esta unidad.

Tabla 2: Desarrollo de las sesiones.

TEMA:	SESIONES
‘‘Nos conocemos a nosotros mismos’’.	1-5
‘‘Tolero lo desconocido’’.	6-10
‘‘Ponte mis zapatos’’.	11-16
‘‘Alegría, tristeza, miedo, enfado, sorpresa, asco’’.	17-25
‘‘Nos expresamos’’.	26-31
‘‘Mente y cuerpo sano’’.	32-36

4.2 Temporalización.

Esta propuesta se llevaría a cabo a partir del mes de marzo en la que se realizarán diferentes sesiones a lo largo de 14 semanas lectivas. Cada semana se llevarán a cabo 2 sesiones de una hora aproximadamente cada una. El periodo de actuación será desde el 1 de marzo al 11 de junio en las horas referentes de Educación Emocional y las últimas 4 semanas, emplearemos además las 2 horas de Educación Física. Podemos observar la distribución de las sesiones en la tabla 3.

Tabla 3: Sesiones de marzo.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2 Sesión 1	3	4	5 Sesión 2
8	9 Sesión 3	10	11	12 Sesión 4
15	16 Sesión 5	17	18	19 Sesión 6
22	23 Sesión 7	24	25	26 Sesión 8
29	30	31		

Tabla 4: Sesiones de abril.

29	30	31	1	2
5	6 Sesión 9	7	8	9 Sesión 10
12	13 Sesión 11	14	15	16 Sesión 12
19	20 Sesión 13	21	22	23 Sesión 14
26	27 Sesión 15	28	29	30 Sesión 16

Tabla 5: Sesiones de mayo.

3	4 Sesión 17	5	6	7 Sesión 18
10	11 Sesión 19	12	13	14 Sesión 20
17 Sesión 21	18 Sesión 22	19 Sesión 23	20	21 Sesión 24
24 Sesión 25	25 Sesión 26	26 Sesión 27	27	28 Sesión 28

Tabla 6: Sesiones de junio.

31 Sesión 29	1 Sesión 30	2 Sesión 31	3	4 Sesión 32
7 Sesión 33	8 Sesión 34	9 Sesión 35	10	11 Sesión 36

4.3 Interdisciplinariedad:

En nuestra propuesta didáctica trabajamos aplicando una estrategia interdisciplinar. A través de la Educación Física el alumnado se expresa emocional y sentimentalmente a través del cuerpo. Asimismo, se conoce y valora así mismo y a los demás. Por esto, es muy importante la variedad y vivencia de distintas actividades de juego. A través de la Educación Física, el alumnado se manifiesta como sujeto social, favoreciendo su comunicación y relación con el resto de compañeros a través del trabajo cooperativo y la conformación de grupos. De esta manera, el alumnado se desenvuelve con espontaneidad, fomentando su creatividad y buscando alternativas que pueden ser útiles en un futuro en su vida social (Fernández Porras, 2009).

Por lo tanto, en esta propuesta didáctica se interrelacionan el área de Educación Física y el área de Educación Emocional en donde ambas irán a la par durante el periodo de aplicación de la misma, donde el alumnado en ambas asignaturas podrá trabajar y relacionar conocimientos.

4.7 Actividades.

En cuanto a las actividades propuestas, hemos dividido la programación en tres partes. En la primera, partimos de las ideas previas que tiene el alumnado acerca de las emociones. Seguidamente, cada semana conocerán y trabajarán una emoción diferente y, por último,

llevaremos a cabo sesiones donde se contemple todo lo trabajado anteriormente y la relación que guardan estos contenidos con el deporte.

En las tablas 3, 4, 5, 6, 7 y 8 expondremos los diferentes temas de la unidad.

Tabla 3: “Tema 1”.

TEMA 1: “Nos conocemos a nosotros mismos”
<p>Descripción: Este tema, nos servirá como comienzo a la nueva unidad. En ella, el alumnado trabajará contenidos del área de Educación Física y Educación Emocional de manera integrada. Durante las diferentes sesiones, el alumnado aprenderá a aceptarse sin juzgarse, entendiendo que es normal tener aspectos positivos y negativos y que podemos mejorarlos o corregirlos. Llevaremos a cabo diferentes actividades orales, escritas y corporales que se llevarán a cabo individualmente.</p>
<p>Fundamentación curricular:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Criterios de evaluación: (PEF104C03) - Competencias: <ul style="list-style-type: none"> ❖ (CL): Competencia lingüística. ❖ (AA): Aprender a aprender. ❖ (SIE): Sentido de la iniciativa y del espíritu emprendedor.
<p>Fundamentación metodológica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Método de enseñanza y metodología: Experimentación. - Espacios: Aula, pabellón del centro. - Agrupamientos: Gran grupo (GG) Trabajo individual (TIND) - Recursos: Pizarra digital, material fotocopiable, lápices de colores, folios de colores, aparato de música.
<p>Programas y proyectos implicados en la unidad didáctica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyecto de Red Canaria de Centros Educativos para la Innovación y Calidad del Aprendizaje Sostenible (RED CANARIA-InnovAS)
<p>Instrumentos de evaluación/productos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrumentos de evaluación: - Productos: Descripción, redacción y dibujo.

Implementación:

- Periodo de implementación:
Sesión 1-5.
- Áreas/materias/ámbitos implicados:
Educación Emocional, Educación Plástica, Educación Física.

Tabla 4: ‘Tema 2’.

TEMA 2 ‘Tolero lo desconocido’**Descripción:**

En este tema se trabajarán diferentes aspectos emocionales para que el alumnado mejore sus relaciones sociales. El mejor ejemplo que podemos trabajar en este tema para trabajar lo desconocido con el alumnado es la pandemia Covid-19, que nos ha demostrado que la vida de un momento a otro puede cambiar por lo que tenemos que aprender a gestionar lo impredecible. Se trabajará la autogestión de las emociones y la aceptación de la incertidumbre a través de diferentes textos, redacciones, vídeos y relajaciones guiadas por el profesorado.

Fundamentación curricular:

- Criterios de evaluación: (PEF104C03)(PEF104C06)
- Competencias:
 - ❖ (CL): Competencia lingüística.
 - ❖ (AA): Aprender a aprender.
 - ❖ (SIE): Sentido de la iniciativa y del espíritu emprendedor.

Fundamentación metodológica:

- Método de enseñanza y metodología:
Experimentación.
- Espacios:
Aula, pabellón del centro.
- Agrupamientos:
Gran grupo (GG)
Trabajo individual (TIND)
- Recursos:
Pizarra digital, material fotocopiable, lápices de colores, folios de colores, aparato de música, colchonetas.

Programas y proyectos implicados en la unidad didáctica:

- Proyecto de Red Canaria de Centros Educativos para la Innovación y Calidad del Aprendizaje Sostenible (RED CANARIA-InnovAS)

Instrumentos de evaluación/productos:

- Instrumentos de evaluación:

<ul style="list-style-type: none"> - Productos: Descripción, redacción y escenificación
<p>Implementación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Periodo de implementación: Sesión 6-10 - Áreas/materias/ámbitos implicados: Educación Emocional, Lengua Castellana y Literatura, Educación Física.

Tabla 5: “Tema 3”.

<p>TEMA 3: “Ponte en mis zapatos”</p>
<p>Descripción:</p> <p>A lo largo de este tema trabajaremos el concepto de empatía y el lenguaje no verbal así como sus beneficios y las maneras de potenciarla. Realizaremos la primera sesión en el aula y el resto en el pabellón donde se trabajará este aspecto a través de la expresión corporal a partir de diferentes actividades de dramatización, relajación y pequeños juegos. En todas las sesiones se deberá de hacer una puesta en común final donde se comenten las reflexiones de los estudiantes sobre los aspectos más importantes vivenciados. Asimismo, durante la puesta en práctica de este tema también estará integrada el área de Lengua Castellana y Literatura puesto que emplearemos recursos como el cuento “El pirata de las estrellas” Albert D. Arrayás Babulinka Books para trabajar el concepto de empatía.</p>
<p>Fundamentación curricular:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Criterios de evaluación: (PEF104C03) (PEF104C06) - Competencias: <ul style="list-style-type: none"> ❖ (CL): Competencia lingüística. ❖ (AA): Aprender a aprender. ❖ (SIE): Sentido de la iniciativa y del espíritu emprendedor. ❖ (CEC): Conciencia y expresiones culturales.
<p>Fundamentación metodológica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Método de enseñanza y metodología: Experimentación. - Espacios: Aula, pabellón del centro. - Agrupamientos: Gran grupo (GG) Trabajo individual (TIND) Pequeños grupos (PG) - Recursos: Pizarra digital, material fotocopiable, lápices de colores, folios de colores, aparato

de música, vendas, colchonetas, legos gigantes.
<p>Programas y proyectos implicados en la unidad didáctica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyecto de Red Canaria de Centros Educativos para la Innovación y Calidad del Aprendizaje Sostenible (RED CANARIA-InnovAS)
<p>Instrumentos de evaluación/productos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrumentos de evaluación: - Productos: Descripción, redacción, debate, escenificación, juegos.
<p>Implementación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Periodo de implementación: Sesión 11-16 - Áreas/materias/ámbitos implicados: Educación Emocional, Lengua Castellana y Literatura, Educación Física.

Tabla 6: ‘Tema 4’

TEMA 4: ‘Alegría, tristeza, miedo, enfado, sorpresa, asco’.
<p>Descripción:</p> <p>En este tema se conocerán y trabajarán diferentes emociones así como las importancias que tienen en la sociedad actual y para ellos/as mismos. Les haremos entender que no existen emociones ni buenas ni malas, sino que las emociones existen porque tenemos que vivirlas, sentir las y expresarlas sin tenerles miedo y aprendiendo a gestionarlas.</p> <p>Para la puesta en práctica de este tema, comenzaremos visualizando la película ‘Del revés’, emplearemos diferentes textos que hablen y ubiquen al alumnado en las emociones que se están trabajando, fotografías de deportistas famosos que expresen emociones y se creará un diccionario emocional.</p>
<p>Fundamentación curricular:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Criterios de evaluación: (PEF104C03) (PEF104C06) - Competencias: <ul style="list-style-type: none"> ❖ (CL): Competencia lingüística. ❖ (AA): Aprender a aprender. ❖ (SIE): Sentido de la iniciativa y del espíritu emprendedor.
<p>Fundamentación metodológica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Método de enseñanza y metodología: Experimentación. - Espacios: Aula, pabellón del centro. - Agrupamientos:

<p>Gran grupo (GG) Pequeños grupos (PG) Trabajo individual (TIND)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Recursos: Pizarra digital, lápices de colores, folios de colores, pegamento, emoticonos de caritas, aparato de música, imágenes de deportistas, posits, colchonetas.
<p>Programas y proyectos implicados en la unidad didáctica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyecto de Red Canaria de Centros Educativos para la Innovación y Calidad del Aprendizaje Sostenible (RED CANARIA-InnovAS)
<p>Instrumentos de evaluación/productos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrumentos de evaluación: - Productos: Descripción, redacción, escenificación y diccionario de las emociones.
<p>Implementación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Periodo de implementación: Sesión 17-25. - Áreas/materias/ámbitos implicados: Educación Emocional, Educación Plástica, Educación Física, Lengua Castellana y Literatura.

Tabla 7: “Tema 5”.

<p>TEMA 5: “Nos expresamos”.</p>
<p>Descripción:</p> <p>A través de este tema, el alumnado aprenderá a expresar las emociones trabajadas en el tema anterior. Este tema se trabajará fundamentalmente con el cuerpo, llevando a cabo diferentes relajaciones donde el alumnado debe de pensar en momentos donde ha sentido esas emociones. Se trabajarán principalmente las emociones negativas para que el estudiante pueda deshacerse de ellas y emplearemos además como recurso fundamental la dramatización donde tenga que recrear sucesos emocionales vivenciados.</p>
<p>Fundamentación curricular:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Criterios de evaluación: (PEF104C03) (PEF104C05) (PEF104C06) - Competencias: <ul style="list-style-type: none"> ❖ (CL): Competencia lingüística. ❖ (AA): Aprender a aprender. ❖ (SIE): Sentido de la iniciativa y del espíritu emprendedor. ❖ (CEC): Conciencia y expresiones culturales.
<p>Fundamentación metodológica:</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Método de enseñanza y metodología: Experimentación. - Espacios: Aula, pabellón del centro. - Agrupamientos: Gran grupo (GG) Pequeños grupos (PG) Trabajo individual (TIND) - Recursos: Pizarra digital, aparato de música, colchonetas, vendas, petos de colores.
<p>Programas y proyectos implicados en la unidad didáctica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyecto de Red Canaria de Centros Educativos para la Innovación y Calidad del Aprendizaje Sostenible (RED CANARIA-InnovAS)
<p>Instrumentos de evaluación/productos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrumentos de evaluación: - Productos: Descripción, escenificación, debate.
<p>Implementación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Periodo de implementación: Sesión 26-31. - Áreas/materias/ámbitos implicados: Educación Emocional, Educación Física.

Tabla 8: “Tema 6”.

<p>TEMA 6: “Mente y cuerpo sanos”</p>
<p>Descripción:</p> <p>Durante este tema, el alumnado será consciente de todo lo aprendido anteriormente y lo pondrá en práctica a través de diferentes deportes en donde deberán de expresar y autogestionar las emociones y sentimientos que generan durante su práctica y darse cuenta de la diferencia que tiene enfrentarse a un deporte o a una actividad deportiva cuando eres consciente emocionalmente y los beneficios que todo esto trae consigo. Se practicarán el deporte del baloncesto y el fútbol puesto que es el contenido de Educación Física que se había trabajado anteriormente en el aula. Se realizarán diferentes puestas en común donde el alumnado exprese lo que ha vivido, cómo lo ha sentido y qué ha aprendido.</p>
<p>Fundamentación curricular:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Criterios de evaluación: (PEF104C03) (PEF104C05) (PEF104C06) - Competencias: <ul style="list-style-type: none"> ❖ (CL): Competencia lingüística. ❖ (AA): Aprender a aprender.

- ❖ (SIE): Sentido de la iniciativa y del espíritu emprendedor.
- ❖ (CEC): Conciencia y expresiones culturales.

Fundamentación metodológica:

- Método de enseñanza y metodología:
Experimentación.
- Espacios:
Pabellón del centro.
- Agrupamientos:
Gran grupo (GG)
Pequeños grupos (PG)
Trabajo individual (TIND)
- Recursos:
Petos de colores, balones de fútbol, balones de baloncesto.

Programas y proyectos implicados en la unidad didáctica:

- Proyecto de Red Canaria de Centros Educativos para la Innovación y Calidad del Aprendizaje Sostenible (RED CANARIA-InnovAS)

Instrumentos de evaluación/productos:

- Instrumentos de evaluación:
- Productos:
Debate, grabación o audio.

Implementación:

- Periodo de implementación:
Sesión 32-36
- Áreas/materias/ámbitos implicados:
Educación Emocional, Educación Física.

5. PROPUESTA DE EVALUACIÓN DEL PROYECTO

La evaluación que llevaremos a cabo en el proyecto se relaciona con la establecida en el Proyecto Educativo del Centro Agüere, por lo tanto, será una evaluación holística. Es decir, abordaremos el proceso de aprendizaje como un “todo” (habilidades motrices, psicosociales y afectivas) y no solamente los aspectos intelectuales.

Asimismo, será continua y formativa y se llevará a cabo antes, durante y después de la puesta en práctica de las diferentes sesiones. En un primer momento, se llevará a cabo una evaluación inicial a través de una metacognición. En esta será el propio alumnado el que se evaluará, por lo que se realizará una autoevaluación donde el alumnado toma conciencia de su propio aprendizaje y de esta manera, tendremos información relevante para conocer el punto de partida del alumnado. Se llevará a cabo además una metacognición intermedia y una final en donde se refleja el avance y la adquisición del alumnado en cuanto a los contenidos del tema y donde deberá de ser crítico consigo mismo.

Según Burón (1996), la metacognición se caracteriza por cuatro aspectos:

1. Entender los objetivos que se pretenden alcanzar con el esfuerzo mental.
2. Elección de estrategias para lograr los objetivos planteados.
3. Autoobservación del propio proceso de elaboración de conocimientos, para comprobar si las estrategias son las correctas.
4. Evaluación de los resultados para conocer hasta qué punto se han logrado los objetivos.

Además, durante la puesta en práctica de la unidad, llevaremos a cabo una diana de evaluación participativa, en donde el propio alumnado se evalúa acerca de los conocimientos o habilidades que va adquiriendo y donde de una manera visual puede observar su propio avance, ya que esta posee diferentes niveles donde el alumnado deberá situarse cada vez que la lleve a cabo. La ejecutará al inicio, en el transcurso y al finalizar la unidad. Cada estudiante dispondrá de una diana grapada a tres láminas de acetato y de esta manera, al finalizar la unidad podrán observar el avance que han tenido a lo largo de las sesiones. La diana cuenta con diferentes niveles (del 0 al 100) el alumnado deberá de marcar con un punto el nivel en el que considere que está en cada pregunta, unir todos los puntos y colorear su interior las tres veces que se lleve a cabo la diana.

Durante el desarrollo de las sesiones emplearemos una observación directa en donde analizamos las acciones y reacciones de los estudiantes, así como sus actitudes, el trabajo desarrollado en el aula y sus conocimientos acerca de lo que se trabaja en las diferentes sesiones. Para que esta observación sea efectiva, llevaremos a cabo como instrumento de evaluación (heteroevaluación), una rúbrica (Anexo 1) donde se refleja toda la información detallada recogida a través de los diferentes instrumentos de evaluación empleados en la propuesta didáctica y donde se evalúan los objetivos propuestos en la unidad.

Asimismo, se llevará a cabo una coevaluación donde el alumnado al trabajar de forma cooperativa podrá observar a sus compañeros y su trabajo y a la vez aprender de ellos y viceversa. A través de los debates que se ejecutarán en las diferentes sesiones donde el alumnado comparte sus experiencias, escuchará además la evaluación que pueden aportar sobre su trabajo realizado.

Por último, evaluaremos la enseñanza del docente. Para llevar a cabo esta evaluación, contrastaremos la información recogida en la evaluación continua del alumnado. Asimismo, se evalúa la intervención del profesor en las diferentes sesiones, los recursos utilizados, así como los espacios, los tiempos previstos, las diferentes agrupaciones que se han llevado a cabo, los instrumentos y criterios de evaluación, etc, es decir, se evalúa todo lo que ha influido en el proceso de enseñanza- aprendizaje.

6. PRESUPUESTO

El CEIP Agure cuenta con numeroso material, sin embargo, no es suficiente para llevar a cabo la propuesta didáctica. Por ello, hemos llevado a cabo un presupuesto con el material necesario para poder ejecutarlo correctamente.

En la tabla 7 exponemos el presupuesto necesario para llevar a cabo nuestra programación didáctica.

Tabla 7: "Presupuesto de material"

Material	Precio	Cantidad	Total
Colchonetas	105,95€	13	1377,35€
Cuento "El pirata de las estrellas".	13,25€	1	13,25€
Vendas para los ojos	1,25€	13	16,25€
Legos (Sumo Didactic)	36,99€	5	184,95€
Petos de colores	4,99€	13	64,87€
			Total: 1656,67€
			%IGIC: 115,97€
			Precio total: 1772,64€

7. BIBLIOGRAFÍA

- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Burón, J. 1996 *Enseñar a aprender: Introducción a la metacognición*. Ediciones Mensajero. Bilbao.
- Decreto 89/2014, de 1 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias (BOC; núm.156 de 13 de agosto de 2014).
- Fernández Porras, J.M. (2009). La importancia de la Educación Física en la escuela. *EF Deportes. Revista Digital*, 130. Recuperado de: <https://www.efdeportes.com/efd130/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela.htm> [Consultado el 29/05/2021]
- Fletcher, D. y Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 669-678.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Lagardera, F. (1999). La lógica deportiva y las emociones. Implicaciones en la enseñanza del deporte. *Revista Apunts de Educación Física*, 56, 99-107.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad*. Léxico comentado de praxiología motriz. Barcelona: Paidotribo.
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Shapiro, L. F. (1997). *How to raise a child with high EQ: A parents' guide to emotional intelligence*. Nueva York: HarperCollins.
- Thayer, R. E. (2003). *Calm energy: how people regulate mood with food and exercise*. Oxford: Oxford University Press.
- Tjeerdsma, B.L. (2007). The Stress Process in *Physical Education*. *JOPERD: The Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 78(6), 39-44.
- Villa, B. y Cardo, C. (2009). *Material sensorial (0-3 años)*. Barcelona: Graó.

8. ANEXOS.

Rúbrica de Evaluación				
	Medalla de oro	Medalla de Plata	Medalla de bronce	Diploma
Conoce la importancia de las emociones y sentimientos propios y del resto de sus compañeros.	Conoce perfectamente la importancia de las emociones y sentimientos propios y del resto de sus compañeros.	Conoce en gran medida la importancia de las emociones y sentimientos propios y del resto de sus compañeros.	Conoce algunos aspectos de la importancia de las emociones y sentimientos propios y del resto de sus compañeros.	No conoce la importancia de las emociones y sentimientos propios y del resto de sus compañeros.
Desarrolla la capacidad de reconocer, comprender y expresar sus propios sentimientos y emociones.	Desarrolla adecuadamente la capacidad de reconocer, comprender y expresar sus propios sentimientos y emociones.	Desarrolla bien la capacidad de reconocer, comprender y expresar sus propios sentimientos y emociones.	Desarrolla alguna la capacidad de reconocer, comprender y expresar sus propios sentimientos y emociones.	No desarrolla la capacidad de reconocer, comprender y expresar sus propios sentimientos y emociones.
Expresa sentimientos y emociones de manera adecuada a través del lenguaje verbal y no verbal.	Expresa sentimientos y emociones de manera adecuada siempre a través del lenguaje verbal y no verbal.	Expresa sentimientos y emociones de manera adecuada en ocasiones a través del lenguaje verbal y no verbal.	Expresa sentimientos y emociones de manera adecuada a través del lenguaje verbal, pero no expresa a través del lenguaje no verbal.	No expresa sentimientos y emociones de manera adecuada a través del lenguaje verbal ni del no verbal.

<p>Desarrolla una disposición adecuada para controlar sus impulsos emocionales (regulación emocional).</p>	<p>Desarrolla en gran medida una disposición adecuada para controlar sus impulsos emocionales (regulación emocional).</p>	<p>Desarrolla en ocasiones una disposición adecuada para controlar sus impulsos emocionales (regulación emocional).</p>	<p>Desarrolla pocas veces una disposición adecuada para controlar sus impulsos emocionales (regulación emocional).</p>	<p>No desarrolla una disposición adecuada para controlar sus impulsos emocionales (regulación emocional).</p>
<p>Fomenta el optimismo y el pensamiento positivo.</p>	<p>Fomenta el optimismo y el pensamiento positivo siempre.</p>	<p>Fomenta el optimismo y el pensamiento positivo en muchas ocasiones.</p>	<p>Fomenta el optimismo y el pensamiento positivo algunas veces.</p>	<p>No fomenta el optimismo y el pensamiento positivo.</p>